إقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل العنوان:

القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وإن هذه الرسالة ككل، أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

DECLARATION

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced, is the researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any other degree or qualification.

Student's name:	اسم الطالب: علاء علي حجازي
Signature:	التوقيع: علاء حجازي
Date:	التاريخ: 21/4/2013



الجامعة الإسلامية – غزة

عمـــادة الدراســات العليــا

كلــيـــــــة التربيــــــة

قسم علـــــم النفـــس

القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة

إعداد الطالب

علاء علي حجازي

إشراف الدكتور

جميل حسن الطهراوي

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير

علم نفس – إرشاد نفسي

2013م - 1434هـ





الجامعة الإسلامية – غزة
The Islamic University - Gaza

عمادة الدراسات العليا

هاتف داخلي: 1150

الرقم ج س غ/35/ Ref

التاريخ 2013/04/21 Date

نتيجة الحكم على أطروحة ماجستير

بناءً على موافقة عمادة الدراسات العليا بالجامعة الإسلامية بغزة على تشكيل لجنة الحكم على أطروحة الباحث/ **علاء علي حمدان حجازي** لنيل درجة الماجستير في كلية ***التربية*/ قسم علم النفس-إرشاد نفسي** وموضوعها:

القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة

وبعد المناقشة العلنية التي تمت اليوم الأحد 11 جمادى الآخر 1434هـ، الموافق 2013/04/21م الساعة الواحدة ظهراً بمبنى القدس، اجتمعت لجنة الحكم على الأطروحة والمكونة من:

د. جميل حسن الطهراوي	**مشرفاً ورئيساً**	....
د. عاطف عثمان الأغا	**مناقشاً داخلياً**	....
د. عطاف محمود أبو غالي	**مناقشاً خارجياً**	....

وبعد المداولة أوصت اللجنة بمنح الباحث درجة الماجستير في **كلية *التربية*/قسم علم النفس- إرشاد نفسي**.

واللجنة إذ تمنحه هذه الدرجة فإنها توصيه بتقوى الله ولزوم طاعته وأن يسخر علمه في خدمة دينه ووطنه.

والله ولي التوفيق ،،،

عميد الدراسات العليا

أ.د. فؤاد علي العاجز

ص.ب. 108 الرمال. غزة. فلسطين هاتف Tel: +970 (8) 286 0700 فاكس fax: +970 (8) 286 0800 P.O. Box 108, Rimal, Gaza, Palestine
public@iugaza.edu.ps www.iugaza.edu.ps

بسم الله الرحمن الرحيم

﴿ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ ﴾

(النمل الآية 19)

إهداء

إلى الذين قضوا دفاعاً عن هذه الأمة، فغرسوا فينا الهمة .

إلى أسرانا البواسل أبطال معركة الأمعاء الخاوية .

إلى من علمني العطاء بدون انتظار . . . إلى من أحمل اسمه بكل افتخار . . . إلى الذي زرع فينا بذرة النجاح والدي الغالي حفظه الله . . .

إلى نبع الحنان والعطاء المتدفق اللامحدود ورمز الحب والوفاء . . . . والدتي الغالية أمدها الله بالصحة والعافية . . .

إلى أخي "محمد "وأختي "أسماء"، الذين شدوا من عضدي . . .

إلى زوجتي الغالية وأبنائي الأعزاء "أسماء وعلي" الذين قاسموني آلامي وآمالي . . .

إلى الأهل والأقارب الذين أعانوني بالعون والدعاء والحب والوفاء . . .

إلى كل أصدقائي وزملاء مهنتي . . .

إلى من وقف بجانبي مشاركاً وموجهاً وناصحاً، وهم كثيرون .

الباحث

علاء علي حجازي

شكر و تقدير

أبدأ شكري خالصاً لله عز وجل على نعمِه وعظيم فضله علي وهدايته وتوفيقه ومساعدته لي في إنجاز هذه الدراسة المتواضعة، و أرجو من الله سبحانه و تعالى أن يجعلها عملاً صالحاً و علماً نافعاً، وأصلي وأسلم على الحبيب المصطفى صلى الله عليه و سلم رحمة للعالمين.

وعملاً بقول النبي صلى الله عليه و سلم: **"لا يشكر الله من لا يشكر الناس"** رواه أبو داوود

فإنه لمن دواعي سروري واعتزازي و عرفاني بالجميل أن أتقدم بخالص شكري وتقديري و احترامي لأستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور/جميل حسن الطهراوي على تكرمه وتفضُله بالموافقة على الإشراف على رسالتي المتواضعة وإتاحة الفرصة لي لكي ارتوي من خبراته الواسعة ، وقد كان لتوجيهاته وقراءته الفاحصة لكل حرف من حروف الرسالة الأثر الكبير في إخراج هذه الدراسة بهذه الصورة؛ فهو لم يبخل علي طوال فترة الإعداد لهذه الدراسة بوقته وعلمه، فله مني عظيم الشكر والاحترام والتقدير فجزاه الله عني خير الجزاء.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري وامتناني إلى أستاذي الجليل الأستاذ الدكتور / عاطف عثمان الأغا أستاذ علم النفس المساعد بكلية التربية بالجامعة الإسلامية وقد شرفت بموافقة سيادته على مناقشة رسالتي المتواضعة، كما استزدت من علمه أثناء إعدادي لهذه الرسالة.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري وامتناني إلى أستاذتي الجليلة الأستاذة الدكتورة / عطاف محمود أبو غالي أستاذ علم النفس المشارك بكلية التربية بجامعة الأقصى وقد شرفت بموافقة سيادتها على مناقشة رسالتي المتواضعة.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري لمفحوصي الدراسة فلولاهم بعد رعاية الله عز وجل وتوفيقه لي ما كانت هذه الدراسة بهذه الصورة.

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري واعترافي بالجميل لوالدي ووالدتي و أخي وأختي زوجتي و أبنائي لما قدموه لي أثناء فترة إعدادي للدراسة من دعوات لله عز وجل ومساندة معنوية ومادية وتشجيع، فجزاهم الله عني خير الجزاء

و أخيراً أتوجه بفائق الاحترام والتقدير وبكل مشاعر الحب والامتنان لكل من ساعدني وشجعني و شاركني من قريب أو بعيد – ولو بدعاء – في إنجاز هذا الجهد المتواضع، جزاهم الله خيراً.

الباحث

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة ، ومعرفة مدى انتشار كلٍ من القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية والتعرف على الفروق بين الطلبة تبعاً للجنس ، منطقة السكن، المستوى التعليمي للطلبة، المستوى التعليمي للأب، المستوى التعليمي للأم، حجم الأسرة، والترتيب الولادي ، و أجريت هذه الدراسة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2013- 2012 م، وتكوَّنت عينة الدراسة من(888) من طلبة المدارس الحكومية موزعين على جميع محافظات غزة، وقد استخدم الباحث في دراسته مقياس القلق الاجتماعي و مقياس الأفكار اللاعقلانية ،وهما من إعداد الباحث، واستخدم الباحث العديد من الأساليب الاحصائية وهي معامل ارتباط بيرسون ، معامل كرونباخ ألفا، اختبار (ت)، اختبار شيفيه ، اختبار تحليل التباين الأحادي، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

1. توجد علاقة ارتباطية موجبة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، أي أنه كلما زادت الأفكار اللاعقلانية زاد القلق الاجتماعي والعكس صحيح.
2. أن مستوى القلق الاجتماعي وزنه النسبي (70.8%)، و أن الوزن النسبي للأفكار اللاعقلانيّة (69.1%)، وأن فكرة "توقع الكوارث" لمقياس الأفكار اللاعقلانية قد احتلت المرتبة الأولى، ويليها فكرة " طلب الاستحسان " ،ويليها فكرة " ابتغاء الكمال الشخصي " .
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير(الجنس ،المستوي التعليمي للأب، المستوى التعليمي للأم، حجم الأسرة، الترتيب الولادي للطلبة).
4. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير(مكان السكن، المستوي التعليمي للطلبة).
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير (مكان السكن ،المستوى التعليمي للطلبة، المستوي التعليمي للأب، المستوى التعليمي للأم، حجم الأسرة، الترتيب الولادي للطلبة).

6. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الجنس لصالح الإناث.

The social anxiety and its relationship with the irrational ideas in prep School Students in governmental schools the in the governorates of Gaza

Abstract

This study aims to recognize the relationship between social anxiety and irrational Ideas in prep School Students in governmental schools the in the governorates of Gaza**,**it demonstrates the prevalence of social anxiety and irrational Ideas and identify the differences according to sex, place of residence, level of students education, level of fathers education, level of mothers education, Family size and the arrangement of congenital.

This study was conducted in the first semester of the academic year of (2012 – 2013), the number of sample was (888) student were distributed in governmental schools in all governorates of the Gaza .The researcher used the social anxiety scale and irrational Ideas scale, Both scales were prepared by the researcher .The researcher used several statistical methods such duplicates, Pearson's correlation coefficient, Cronbach -alpha cofficiente, and T-test, Scheff'e test, and One Way Anova test.The Study reached these results:

1. There is apositive correlation significant relationship between the grade of social anxiety and irrational Ideas, when irrational thoughts increased social anxiety will rise and vice versa.
2. The relative weight of social anxiety level was (%70.8), and the relative weight of irrational Ideas level was (%69.1). which clarified that the Idea of "Catastrophizing" of irrational Ideas had occupied first rank , followed by" the Demand Of Approval" Idea that had occupied the second rank, followed by "the Personal Perfection" Idea that had occupied the third rank.
3. There are no statistically significant differences in the level of social anxiety in a sample study of prep school students in the governmental schools in the governorates of Gaza depending on many variables (sex, level of father’s education, level of mother’s education, Family size and the arrangement of congenital).
4. There are statistically significant differences in the level of social anxiety in a sample study of prep school students in the governmental schools in the governorates of Gaza depending on many variables (place of residence, level of student’s education).
5. There is no statistically significant differences in the level of irrational Ideas in a sample study of prep school students in the governmental schools in the governorates of Gaza depending on many variables (place

of residence, level of students education, level of fathers education, level of mothers education, Family size and students arrangement of congenital).

6. There are statistically significant differences in the level of irrational Ideas in a sample study of prep school students in the governmental schools in the governorates of Gaza attributed to sex in favor of females.

فهرس المحتويات

فهرس الجداول

فهرس الملاحق

الفصل الأول

مدخل الدراسة

- مقدمة الدارسة
- مشكلة الدراسة وتساؤلاتها
- أهداف الدراسة
- أهمية الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مقدمة الدراسة:

تعد المراهقة من أخطر المراحل التي يمر بها الإنسان ضمن أطواره المختلفة ، وهي تتسم بالتجدد المستمر ،ومكمن الخطر في هذه المرحلة أنها هي التي تنتقل بالإنسان من الطفولة إلى الرشد ، فتبدأ التغيرات في مظاهر النمو المختلفة: الجسمية و الفسيولوجية و العقلية والاجتماعية، وفيها يتعرض الإنسان إلى مشكلات متعددة داخلية وخارجية، ومنها ما يرجع إلى طبيعة المرحلة ذاتها، وما استحدثته في نفوس المراهقين من تغيرات يشعرون بها ولا يجدون منفذاً لإشباعها أو لتحقيقها، أو إلى ما يلقونه من المجتمع الخارجي من عدم فهمٍ و تقديرٍ واختلافٍ في وجهات النظر ، و من هنا فإن مرحلة المراهقة هي أكثر مراحل الحياة تأزماً وقلقاً.

و يعد القلق محوراً أساسياً من محاور الدِراسات النفسية على وجه العموم والصحة النفسية على وجه الخصوص، وقد اكتسب موضوع القلق تلك الأهمية لأن الإنسان بطبيعته يخاف المجهول ويتطلع الى المستقبل ،ويتجه الى كل ما يحقق أهدافه، لكنه مع هذا المسار الدافع يخاف أن يصطدم بعقبة أو يعاني من عطلة، قد تقف حجر عثرة في تحقيق تلك الأهداف .

ومع تعقد و تشعب سبل الحياة، و تعدد المسئوليات ،وتزايد التبعات الملقاة على عاتق الفرد، وسيطرة الشك على المجتمعات، وضعف الإيمان والجشع و الاحتكار، و الصراع بين الناس و الدول ،أصبح القلق من أكثر الإحساسات الضارة شيوعاً وأصبحت حياة الفرد لا تخلو من الكدر والهم وبلبلة الخاطر و التوجس من المستقبل وهي كلها مرادفات للقلق (موسى،1979: 18) .

ويمثل القلق الاجتماعي النواة في عصاب القلق الذي يعتبر القاعدة الأساسية والمشكلة المحورية لكافة الأعصبة كما يرى فرويد "Freud"، و المحور الدينامي للعصاب النفسي ليس في الأمراض النفسية فقط بل في أفعال الناس السوية وغير السوية حسبما ترى هورني "Horney". (عيد،349:2000)

ويعتبر القلق الاجتماعي من أكثر أنواع الاضطرابات المرضية انتشاراً في العالم بعد الاكتئاب وإدمان الكحوليات ،ويقصد بالقلق الاجتماعي هنا حالة التهيب من المواقف الاجتماعية التي تبتدي على الفرد بسبب قصوره في المهارات الاجتماعية، بصورة تجعله أكثر قلقاً في المواقف الاجتماعية التي يواجه فيها شعوراً بالخزي و الاستياء (عبدالعال،2006 :64).

فالسِّمة الأساسية المميزة للقلق الاجتماعي تتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي للسلوك من قبل الآخرين والتشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية لدى الفرد القلق اجتماعياً، والمعنيون

غالباً ما يشعرون أنهم محط أنظار محيطهم بمقدارٍ أكبر مما يعنونه أنفسهم لهذا المحيط ، ويتصورون أن محيطهم ليس له من اهتمام آخر غير تقييمهم المستمر، و بطبيعة الحال فإنهم يتصورون دائماً أن التقييم لابد وأن يكون سلبياً (رضوان،2001: 47).

وغير بعيدٍ عن ذلك، فقد ظهر في السنوات العشرين الأخيرة التوجه للتركيز على الجانب المعرفي من شخصية الأفراد في تقدير انفعالاتهم و تكيفهم و توافقهم النفسي و الاجتماعي.

(حسن و الجمالي،2003: 196)

ولعل هذا ما اهتمت به النظرية العقلانية الانفعالية Rational – Emotaive Throry لأليس "Ellis" ، حيث ترى أن نسق الأفكار لدى الفرد عن الأحداث التي يواجهها هي المتغير الجوهري في تحديد استجاباته السلوكية و الانفعالية، فإذا كان نسق أفكاره عقلانياً فانه سيسلك بشكل فعالٍ ومنتج، أما إذا كان نسق أفكاره لا عقلانياً فإنه سيسلك بشكلٍ غير فعالٍ وغير منتجٍ ويعاني من الاضطراب وسوء التوافق (مزنوق،1999: 2).

وفي هذا الصدد أشار أليس (Ellis ,1977B:20) إلى أن تفكير الإنسان وانفعاله ليسا مجرد عمليتين منفصلتين ، بل إنهما على العكس من ذلك، عمليتان متكاملتان، فالمعارف تتوسط بين المثيرات والاستجابات، وما يطلق عليه سلوكاً أو انفعالاً لا ينشأ من استجابات الفرد لظروف البيئة التي يعيش فيها فقط ، بل من أفكاره نحو البيئة، فالذي يسبب الاضطراب للفرد ليست الأحداث نفسها، بل حكم الفرد على هذه الأحداث .

و مما شجَّع الباحث على تناول موضوع القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية بالدراسة لدى طلبة المرحلة الاعدادية إحساسه بمشكلة الدراسة الحالية، من خلال عمله مع الطلاب المراهقين في مدرسته ، فقد لاحظ الباحث انتشار القلق الاجتماعي عند الطلب من الطلاب التحدث عن أنفسهم أمام أقرانهم، والبعض يرفض الحديث خوفاً من التقييم السلبي من الآخرين، و عندما تحدث هذه الأعراض في موقف ما فإن الطالب يخاف ويتجنب تلك المواقف؛ مما يزيد من مخاوفه ويضعف ثقته بنفسه،و يجعله عرضة للمعاناة والألم النفسي، ويتعرض لسلسلة من المشكلات والخسائر الاجتماعية والمادية والمهنية والصحية، وقد يصل الأمر في بعض الحالات أن يتحاشى الطالب الترقي لدور قيادي في فصله أو مدرسته بالرغم من قدرته على القيام بأعباء هذا الدور ، كما يجد الطالب صعوبة بالغة في تكوين علاقات طويلة الأمد؛ومن هنا شعر الباحث أن القلق

الاجتماعي من المشكلات الأساسية التي تعيق اندماجهم مع الآخرين في المجتمع، كما لاحظ الباحث انتشار بعض الأفكار اللا عقلانية السائدة في مجتمعنا الفلسطيني لدى الطلاب،و ذلك ما دفع الباحث إلى البحث بين أفكار الباحث و تصرفاته و سلوكه، ومن هنا فقد ارتأى القيام بدراسة القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية.

وانطلاقاً من الأهمية البالغة لمرحلة المراهقة معاً، أصبح من الضروري إيلاء أهمية إلى بلورة وتطوير شخصية متكاملة للمراهقين، بحيث تتمتع بوجود مستويات ملائمة ومعتدلة من الصحة النفسية و الأفكار والمعتقدات العقلانية،لكي يتسنى لها القيام بأدوارها المجتمعية بثقة واقتدار لمواكبة مستجدات العصر وتحدياته.

و من هنا تكمن أهمية دراسة القلق الاجتماعي في ضوء بعض الأفكار اللاعقلانية، ومحاولة تقديم إطار متكامل للتعامل مع تلك المشكلة، ولعل ذلك يعم بالنفع والمعرفة على من يهمه الأمر وخصوصاً العاملين في ميدان الإرشاد النفسي والتربوي.

مشكلة الدراسة (التساؤلات):

تتحدد مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس التالي:

*** ما علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في المدارس الحكومية في محافظات غزة ؟**

ويتفرع عن السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية التالية:

1. ما مستوى انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة ؟
2. ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة ؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الجنس؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الجنس؟
5. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير منطقة السكن؟

6. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير منطقة السكن؟
7. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للطلبة؟
8. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للطلبة؟
9. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأب؟
10. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأب؟
11. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأم؟
12. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأم؟
13. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير حجم الأسرة؟
14. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير حجم الأسرة ؟
15. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الترتيب الولادي للطلبة؟
16. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الترتيب الولادي للطلبة ؟

أهداف الدراسة:

تتحدد أهداف الدراسة الحالية فيما يلي:

1. معرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.

2. معرفة مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.
3. معرفة مستوى شيوع الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.
4. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الجنس.
5. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الجنس.
6. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير منطقة السكن.
7. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير منطقة السكن.
8. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة.
9. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة.
10. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب.
11. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب.
12. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.
13. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.
14. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير حجم الأسرة.
15. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير حجم الأسرة.

16. معرفة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الترتيب الولادي للطلبة.
17. معرفة الفروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الترتيب الولادي للطلبة.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في جانبين:

أولاً: من الناحية النظرية:

الدراسة هي إثراء للأفكار و المعارف حول القلق عامة و القلق الاجتماعي خاصة ، وبالتحديد لدى طلبة المدارس، كما تعتبر اثراءاً للمعرفة النظرية حول القلق و أسبابه و مظاهره و النظريات المفسرة له و علاجاته ،و كذلك الأفكار اللاعقلانية و المعارف و المعلومات المرتبطة بها، وخاصة في ظل خصوصية الثقافة الفلسطينية و ما شابها من أحداث و حصار و حروب و استشهاد وأوجاع نفسية و جراحات سيكولوجية جعلت القلق الاجتماعي له طابع خاص، وجعلت الأفكار السائدة ذات خصوصية.

ثانياً: من الناحية العملية (التطبيقية):

1. قد تتيح هذه الدراسة المجال لاستحداث برامج ذات فعالية في مجال القلق الاجتماعي.
2. قد تساهم نتائج الدراسة بما يعين القائمين على العملية التربوية والباحثين النفسيين في مراعاة الحالة النفسية والاجتماعية التي يكون عليها الطالب في هذه الفترة الحرجة، وذلك من جانب وقائي و وضع الخطط العلاجية المناسبة للعلاج إذا لزم الأمر.
3. قد تساعد أولياء الأمور على التعرف عن قرب عن الجوانب النفسية، والعقلية، والاجتماعية، والسلوكية، وبالإضافة إلى ذلك معرفة حاجات ومطالب المرحلة التي يمر بها طالب المرحلة الإعدادية ومن ثم العمل علي تلبية كل المطالب والحاجات.
4. قد تفيد المرشدين في المدارس الحكومية لتجاوز العقبات التي تحول دون أداء عملهم على النحو الجيد المطلوب.
5. قد تفيد الجهات المشرفة في المدارس الحكومية في مجال الإرشاد النفسي في التخطيط لنشاطات جماعية وفردية.

حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة في الآتي:

1. **الحد المكاني:** سوف تقتصر الدراسة الحالية على طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية بمحافظات غزة.
2. **الحد الزماني:** سوف تجرى الدراسة الحالية خلال الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي 2012-2013م .
3. **الحـد الموضـوعي:** سوف تقتصر الدراسة على معرفة علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، كذلك علاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.

مصطلحات الدراسة:

تشتمل الدراسة على المصطلحات التالية:

1. القلق الاجتماعي:

هو وصف لحالة مرضية تتكون من شعور بالقلق و التوتر في المناسبات الاجتماعية، أو عند التعرض للتركيز من قبل مجموعة من الناس كالاضطرار لإلقاء كلمة أمام جمع أو القيام بالواجبات الاجتماعية أو مقابلة الضيوف ،وقد تمتد هذه الحالة لتجنب المجتمعات عموماً أو الهروب خشية الإحراج (جمال،1997: 14).

التعريف الإجرائي للقلق الاجتماعي:

الدرجة التي يحصل عليه الطالب في مقياس القلق الاجتماعي المصمم في هذه الدراسة، و الذي أعده الباحث.

2. الأفكار اللاعقلانية:

أفكار تتسم بالوجوب فهي تمثل مطالب و ادراكات غير واقعية وجامدة حول ما ينبغي أن تكون عليه الأمور ، وتؤدي لعبارات اللوم الموجهة نحو الذات والآخرين ، وعبارات التذمر التي تصف الأمور بأنها فظيعة وتعكس تضخيم الأمور وعدم القدرة على تحمل الإحباط.

(داوود،2001: 290)

التعريف الإجرائي للأفكار اللاعقلانية:

الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الأفكار اللاعقلانية المصمم في هذه الدراسة، و الذي أعده الباحث.

3. طلبة المرحلة الإعدادية:

هم الطلبة المسجلين رسمياً في سجلات مدارس الإعدادية التابعة لوزارة التربية والتعليم للعام الدراسي2013/2012، والبالغ عددهم 44263 طالباً وطالبة.

الفصل الثاني

الإطار النظري

- المبحث الأول: القلق الاجتماعي
- المبحث الثاني: الأفكار اللاعقلانية

المبحث الأول: القلق الاجتماعي Social Anxiety

مقدمة:

تعد ظاهرة القلق من الظواهر النفسية الشائعة التي اهتم بها علماء النفس في العصر الحديث، حيث أصبحت ظاهرة ملحوظة بشكل كبير لدى الأفراد، نتيجة لظروف الحياة الصعبة والمعقدة، كما أن القلق حقيقةٌ من حقائق الوجود الإنساني وجانب دينامي في بناء الشخصية، ومتغير من متغيرات السلوك البشري، إلا أنه كذلك يعد القاعدة الأساسية والمحور الدينامي في جميع الاضطرابات العصابية، والعقلية والانحرافات السلوكية، والقاسم المشترك فيما بينها جميعاً ويعد من أكثر فئات العصاب انتشاراً.

ويحتل القلق في علم النفس الحديث مكانة بارزة، فهو المفهوم المركزي في علم الأمراض النفسية والعقلية، والعرض الجوهري المشترك في الاضطرابات النفسية ، كما أنه السِّمة المميزة لعديد من الاضطرابات السلوكية (النيال،39:1991).

و يمثل القلق الاجتماعي جانباً من جوانب القلق الذي تستثيره المواقف الاجتماعية، ويعبر عن مشكلةٍ نفسية انفعالية فردية يمر بها الفرد خلال المواقف الاجتماعية تتمثل في الخوف من التقييم السلبي من الآخرين (البناء،294:2006).

أما النتيجة للقلق الاجتماعي فهي التضخيم الكارثي للعواقب الذي يتمثل مثلاً من خلال التطرف في طرح المتطلبات من الذات، بحيث يتحول أدنى خطأ يرتكبه المعني إلى كارثة بالنسبة له تغرقه في الخجل وتعزز ميله للانسحاب.(رضوان،49:2001)

ونظرا لأهمية الموضوع –من وجهة نظر الباحث – فإنه سيقوم باستعراض موضوع القلق النفسي بشكل عام، ثم سيعرِّج إن شاء الله على موضوع القلق الاجتماعي موضوع الدراسة بشيءٍ من التفصيل.

أولا: مفهوم القلق النفسي: anxiety

- **القلق لغةً:**

يعرف القلق لغوياً بأنه: القلق من قلق، والقلق الانزعاج، ويقال بات قلقاً وأقلق غيره، والقلق لا يستقر في مكان واحد (ابن منظور ،1986: 323).

- **التعريف السيكولوجي للقلق:**

لقد اختلف علماء النفس فيما بينهم في تعريف القلق، وتنوعت تفسيراتهم له، كما تباينت آراؤهم حول الوسائل التي يمكن استخدامها للتخلص منه، وفي هذا المقام سوف يستعرض الباحث عدد من التعريفات التي ذكرت عن القلق ومنها التالي:

يعرف (زهران،2001 :484) القلق بأنه حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع خطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصاحبها سبب غامض، وأعراض نفسية وجسمية.

كما عرفه (ملحم،2001: 323) على أنه شعورٌ عام غامض غير سار مصحوب بالخوف والقلق والتحفز، ويصحبه في العادة بعض الإحساسات الجسمية مجهولة المصدر، كزيادة ضغط الدم وتوتر العضلات وخفقان القلب وزيادة إفراز العرق .

كما يرى (رضوان،2002: 232) أن القلق هو ناتج عن ردة فعل الفرد على الخطر الناجم عن الفقدان أو الفشل الواقعي، حيث يشعر الفرد بالتهديد جراء هذا الفقدان أو الفشل.

كما عرفه (عكاشة،2003:134) بأنه شعورٌ غامضٌ غير سار مملوء بالتوقع والخوف والتوتر، مصحوب عادةً ببعض الإحساسات الجسمية تأتي على شكل نوبات متكررة من نفس الفرد .

كما عرفه أيضاً (السَّيد،2001:10) بأنه شعورٌ غامضٌ غير سار فيه توجس وخوف وتوتر وتحفز، مصحوب ببعض الإحساسات الجسمية كضيق النفس والشعور بنبض القلب الخ..

في حين يرى (فرَّاج،2006:219) أن القلق هو شعورٌ عام بالفزع والخوف من شر مرتقب وكارثة توشك أن تحدث، والقلق استجابة لتهديد غير محدد كثيراً ما يصدر عن الصراعات اللاشعورية ومشاعر عدم الأمن والنزاعات الغريزية الممنوعة المنبعثة من داخل النفس، وفي الحالتين يهيئ الجسم إمكانياته لمواجه التهديد، فتتوتر العضلات، ويتسارع النفس ونبضات القلب.

كما يعرفه (هاروليندفنك ،1997 :124) بأنه حالة من عدم الاتزان المستمرة تنشأ بسبب وجود صراع داخلي فيما بين الاستجابات الانفعالية.

ويرى الباحث أنه من خلال التعريفات السابقة و على الرغم من اختلاف الباحثين في تعريف القلق وتنوع تفسيراتهم له،إلا أنهم اتفقوا على أن القلق شعور مبهم غير سار مرتبط باستجابات جسمية و انفعالية و معرفية ، وهو نقطة بداية الاضطرابات السلوكية وله تأثير على صحة الفرد و إنتاجيته.

- **تصنيفات القلق (أنواع القلق):**

هناك خمسة أنواع رئيسية للقلق تتمثل في:

1. القلق الموضوعي:

يرى (غالب،12:2000) أن القلق الموضوعي هو عبارة عن رد فعل لإدراك خطر خارجي يتوقعه الفرد أو يشعر به أو يراه مقدماً كما هو الحال في قلق التلميذ المتعلق بالتحصيل مثلاً، أو قلق الفرد المتعلق بالنجاح في عمل جديد.

والقلق الموضوعي خبرة انفعالية مؤلمة تنتج عن إدراك مصدر خطر في البيئة التي يعيش فيها الفرد، إذ أن إدراك الفرد لوجود الخطر هو ما يثير القلق لدى الفرد (عبد الغفار،121:1976).

ويتَّضح من خلال استعراض تعريف القلق الموضوعي أنه قلق مرغوب وطبيعي (قلق واقعي) إذا لم يتجاوز الحد الطبيعي له والذي نعيشه جميعاً في حياتنا اليومية، ويؤدي بنا إلى التَّقدم و الارتقاء، ولكن هناك حالات يتجاوز فيها القلق الموضوعي الحد الطبيعي له تستدعي الإرشاد النفسي ومن ثم العلاج.

2. القلق العام:

يرى(كفافي،237:1999) بأن القلق النفسي العام هو بمثابة استعداد لدى الفرد يؤدي إلى معاناة من القلق الوجداني، إذا ما تعرض لخطر خارجي يدركه، ويعتبره عرض من أعراض الاضطرابات النفسية الأخرى، وهو يكون نابع لحدث سابق له من اضطرابات أخرى، وهذا النوع من القلق يتخلل جوانب عديدة ومختلفة من حياة الفرد وهو غير محدد الموضوع والمجال، ولكنه يمكن أن يكون محدداً بمجالٍ معين.

و يتضح مما سبق أن القلق العام قلق غير سوي، فهو أقرب إلى الناحية المرضية منه إلى الناحية الصحية؛ لأنه غير محدد الموضوع والمنشأ، وبذلك فهو يفقد أو يعيق تقدم الفرد عن مواجهة مواقف الحياة.

3. القلق الخلقي والإحساس بالذنب:

إن هذا النوع من القلق ينشأ عندما تكون الأنا الأعلى مصدر الخطر أو التهديد، وذلك عندما يقترف الفرد أو يفكر في الإتيان بسلوك يتعارض مع المعايير والقيم التي يمثلها جهاز الأنا الأعلى، ومصدر هذا القلق داخلي كامن في تركيب الشخصية كما هو في القلق العصابي، فهو صراع داخل النفس، وليس صراعاً بين الشخص والعالم الخارجي (الهابط، 83:1999).

ويتَّضح مما سبق أن القلق الخلقي يشير إلى الخبرة الانفعالية المؤلمة التي تنشأ عن شعور الفرد بالذنب أو الخجل نظراً لقيام هذا الشخص بارتكاب فعل يتعارض مع الأخلاق.

4. القلق العصابي (المرضي):

يرى (محمد،1993: 288) أن القلق العصابي هو القلق الذي يكون مصدره داخلياً ذو أسباب لا شعورية مجهولة بدون وجود مبرر لها.

ويتَّسم القلق العصابي بأنه قلق شديد لا تتضح معالم المثيرات التي ينشأ عنها ويظهر على شكل خوف من المجهول، ويلجأ صاحبه لإلقاء اللوم على أكثر من مؤثر بدون وجود صلة واضحة أو واقعية بين القلق والمثير، والقلق العصابي يمكن أن يكون حالة عامة يتكرر حدوثها، ويمكن أن يأخذ ردود خوف مرضية، ويمكن أن يكون في حالة من الشعور بالتهديد المرافق للاضطرابات النفسية الهستيريا مثلاً (الرفاعي،210:1987).

ويتضح مما سبق أن القلق العصابي داخلي المنشأ ولا يرجع لأسباب خارجية، وهو نوع من القلق الذي لا يدرك صاحبه علته، و أن كل ما هنالك أنه يشعر بحالة الخوف الغامض والمنتشر غير المحدد، وهذا القلق يصعب التعايش معه لأنه عبارة عن قلق مرضي يصعب على الفرد التأقلم أو التكيف معه.

5. القلق الموقفي (الخاص):

و يطلق على هذا النوع من القلق بالقلق محدد الموضوع ويسمي القلق الخاص باسم المجال أو الموضوع أو الموقف الذي يرتبط به مثل قلق الامتحان وقلق الانفصال.

(زهران،74:2000)

ويتميز هذا النوع من القلق بعدد من الخصائص منها:

1. شعور الفرد بأن الموقف يتميز بالصعوبة أو التحدي بالنسبة له.

2. يرى الفرد نفسه بأنه غير كفءٍ أو غير قادر على مجابهة هذا الموقف أو مواجهته.
3. يتوقع الفرد الفشل من وجهة نظر الآخرين الذي قد يخضع سلوكه لملاحظة أو مراقبة من جانبهم.
4. يتبع الفرد خلال الموقف اتباعاً غير صحيحٍ أو غير مرغوبٍ فيه أو على الأقل غير مناسب للمعتاد إتباعه في ظل هذا الموقف (الحسين،2002: 269).

ويرى الباحث أن القلق الاجتماعي موضوع الدراسة هو أحد أنماط القلق الموقفي (الخاص) حيث أنه ذلك النمط من السلوك الذي يتسم بالخوف غير المنطقي المرتبط بالمواقف الاجتماعية المتعددة والمطلوب من الفرد التفاعل معها بإيجابية ، ولكنه ينسحب منها أو علي الأقل يتجنبها حتي يبتعد عن الشعور بالإحباط.

ثانياً: القلق الاجتماعي

- **نبذة تاريخية عن تطور مفهوم القلق الاجتماعي :**

لم يرد القلق الاجتماعي في الدليلين الإحصائيين التشخيصيين للأمراض العقلية الأول (DSM-1,1952) و الثاني (DSM-2, 1965) اللذين تصدرهما رابطة الطب النفسي الأمريكية للاضطرابات العقلية American psychiatric association of Mental Disorders ،إلَّا أن الباحثين يذكرون أن الاهتمام بدراسة القلق الاجتماعي بدأ عندما نشر واطسن و فريند Watson & Friend استبيانهما لقياس الضيق و التجنب الاجتماعي Social avoidance and distress عام (1969)، و بعد ذلك ظهر العديد من الاستبيانات الأخرى لقياس القلق الاجتماعي و المفاهيم المتصلة به كالخجل و التحفظ الاجتماعي و الارتباك وغيره (الكتاني،25:2004).

ولكن اهتمام علماء النفس بهذا النوع من القلق و فهمهم له تطور منذ أن تم إدراجه لأول مرة كفئة تشخيصية مستقلة ضمن الطبعة الثالثة من الدليل الإحصائي و التشخيصي الثالث DSM-3, 1980 للاضطرابات العقلية الصادر عن رابطة الطب النفسي الأمريكي، و منذ ذلك التاريخ صار ينظر إلى القلق الاجتماعي على أنه حالة خاصة من الرهاب البسيط المصحوب بمخاوف تتصل بموقف اجتماعي واحد أو اثنين، و كشفت البحوث أن القلق الاجتماعي يمثل مشكلة صحية نفسية شديدة ، يمكن أن تسبب ضعفاً ووهناً قاسياً (دبرا و هيمبرج ،230:2002).

وفي عام 1985 نشر م . ر . ليبويتز و آخرون M. R .Liebowitz & al مقالاً بعنوان " الخوف الاجتماعي: نظرة عامة إلى اضطراب القلق المهمل" "Neglected Anxiety Disorder"، ومنذ ذلك الوقت فقد بدأت الدراسات عن القلق الاجتماعي و الرهاب الاجتماعي تتزايد بشكل سريع ومطرد (البناء،2006: 293).

أولا: التعريف السيكولوجي للقلق الاجتماعي

يعرف القلق الاجتماعي طبقاً للدليل التشخيصي و الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية(DSM- IV) الصادر عن الرابطة الأمريكية للطب النفسي(APA,1994) على أنه خوف ملحوظ ومستمر يظهره الفرد في موقف واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء و التي من خلالها يتعرض الفرد لأشخاص غير مألوفين لديه ، و لإمعان النظر فيه و التدقيق فيه من الآخرين ، وأن الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي يخافون التقييم السلبي من الآخرين ويدركون أنهم لم يحظوا بالرضا والاستحسان منهم بل يعايشون الذل والخزي والارتباك في هذه المواقف ونتيجة لذلك فإنهم يتجنبون المواقف الاجتماعية (206-205: DSM-IV,1994).

كما يعرف التصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية(Icd-10)الصادر عن منظمة الصحة العالمية WHO القلق الاجتماعي بأنه الخوف من التدقيق وإمعان النظر في الفرد من خلال الناس الآخرين ، وهذا يؤدى بالفرد إلى تجنب المواقف الاجتماعية، وأن الكثير من المخاوف الاجتماعية لدى الفرد ترتبط بانخفاض تقدير الذات لديه، والخوف من النقد.

(ICD-10,1991:149)

وقد عرف(Leary & Schlenker, 1982:651) القلق الاجتماعي بأنه قلق ينتج من حدوث التقييم البينشخصي في الإطار الواقعي أو التخيلي ، و على هذا فإن الفرد يخبر الشعور بالقلق الاجتماعي عندما يكون الفرد مدفوعاً إلى تكوين انطباعاً جيداً وإيجابياً عن الذات ، ولكن يكون لديه شك في قدراته على القيام بفعل ذلك.

كما يعرف (رضوان،48:2001) القلق الاجتماعي بأنه الخوف من المجهول وتجنُّب المواقف التي يفترض فيها الفرد أن يتعامل أو يتفاعل فيها مع الآخرين، ويكون معرضاً نتيجة إلى ذلك إلى نوع من أنواع التقييم ،والسِّمة الأساسية المميزة للقلق الاجتماعي تتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي للسلوك من قبل الآخرين.

في حين يرى (عكاشة،2003:161) بأنه الخوف من الوقوع محل ملاحظة الآخرين، مما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية.

كما بيَّن (عيد،2000:357) أن القلق الاجتماعي هو خوف مرضي مبالغ فيه وغير معقول يتصف بأنه مباغت هائم طليق يصاحبه تغيرات فسيولوجية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبي اللاإرادي .

مما سبق يرى الباحث أن القلق الاجتماعي هو عبارة عن خوف مستمر و ملحوظ و قلق شديد يظهر لدى الأفراد في مواقف التفاعل الاجتماعي و الأداء العام ، حيث يكون سلوكهم موضع ملاحظة من الآخرين ، سواء كان ذلك واقعياً أو متخيلاً ، و الحكم و التقييم السلبي من الآخرين عليهم في أثناء هذه المواقف الاجتماعية ، و لذلك فإنهم يعانون من الكدر والضيق.

- **القلق الاجتماعي و بعض المفاهيم النفسية:**

1. القلق الاجتماعي و علاقته بالشخصية الفصامية:

يتوقف التشخيص الفارق بين القلق الاجتماعي والشخصية الفصامية على طبيعة الانسحاب الاجتماعي، ففي حين يرغب ذوو القلق الاجتماعي في العمل في الأوساط الاجتماعية ،لكنه يفشل في القيام بهذا بسبب القلق الشديد، نجد الشخصية الفصامية تنقصها الاستجابة إلى التفاعل الاجتماعي (معمرية،2009:140).

2. القلق الاجتماعي و علاقته بالرهاب الاجتماعي:

يرى بعض علماء علم النفس وجود اختلافات بينهما تنحصر في أن القلق الاجتماعي هو شكل معتدل من الرهاب الاجتماعي، وأن الخاصية الأخرى المميزة بينهما تبدو في أن الرهاب الاجتماعي أعم و يتطلب وجود رغبة قوية في تجنب المواقف الاجتماعية، و على هذا فجميع الأفراد الذين يعانون الرهاب الاجتماعي يعايشون القلق الاجتماعي و لكن ليس كل الأشخاص ذوي القلق الاجتماعي يكون لديهم رهاباً اجتماعياً (حسين،2009:51).

3. القلق الاجتماعي و علاقته بالشخصية التجنبية:

الشخصية التجنبية تتساوى في مشاعر القلق مع القلق الاجتماعي ، ولكن لديها مهارات اجتماعية أقل من ذوي القلق الاجتماعي الذي يكون قلقهم قاصراً على مواقف اجتماعية معينة،

و لكنهم متميزون في مواقف اجتماعية أخرى، إلا أن الشخصية التجنبية تظهر اتصالاً بالعين ونغمة صوت أسوأ في المواقف الاجتماعية، وفي التفاعل الاجتماعي (معمرية،2009 : 140).

4. القلق الاجتماعي و علاقته بالخجل:

يعتبر القلق الاجتماعي هو الخجل في صورته القصوى ، و الخجل هو خبرة سوية يعايشه الناس في حياتهم، ولذلك فإن القلق الاجتماعي هو الخجل المرضي غير السوي، وهذا الفرق إلى حد كبير اختلاف في الدرجة أكثر منه اختلاف في النوع، فهناك تداخل في الخصائص السلوكية، وتشابه كبير في الأعراض الجسمية والنفسية، وبعض الجوانب المعرفية في كلا الاضطرابين، ومع أنه من الصعب إيجاد محك دقيق يفرق على أساسه بينهما، فمن الممكن اعتبار المشكلة قلق اجتماعي إذا كانت تحد بشكل كبير من القدرة على ممارسة حياته اليومية (شعبان،2010 :25).

- **مظاهر القلق الاجتماعي:**

للقلق الاجتماعي عدة مظاهر تختلف من شخصٍ لآخر حسب أساليب التنشئة و استعداداته و مكوناته البيولوجية، ويمكن تحديدها:

1. المظهر السلوكي:

سلوك الهرب من المواقف الاجتماعية، قلة التحدث والكلام بحضور الغرباء، التردد في التطوع لأداء مهام فردية أو اجتماعية، مشاعر الضيق عند الاضطرار في الحديث أولاً أو في المناسبات الاجتماعية، الخوف من أن يكون ملاحظ من الآخرين، التلعثم في الكلام.

2. مظهر فسيولوجي:

ويتجلى في أعراض جسدية تشمل: زيادة النبض، زيادة في دقات القلب، مشاكل في المعدة(كسوء الهضم و الانتفاخ)، رطوبة وعرق زائد في اليدين والكفين ، جفاف في الفم والحلق، الارتعاش اللاإرادي، اضطرابات التنفس(كسرعة التنفس، النهجان)،ونقص الحيوية والنشاط والمثابرة، وتوتر العضلات ، واللازمات العصبية ، ورمش العينين.

3. مظهر معرفي:

ويتمثل في أفكار تقييمية لتقدير الذات، القلق الدائم من ارتكاب الأخطاء، التفكير المستمر والمتكرر للمواقف الاجتماعية المثيرة للقلق وما يعتقده الآخرون عنه، امتلاك خيال سلبي، الانتباه الزائد من قبل الفرد بنفسه (خفاجي و الشاوي،8:2009).

في حين يرى(عبود و العزاوي،2010: 18– 20) أن مظاهر القلق الاجتماعي هي :

1. عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي والأخذ والعطاء مع الآخرين .
2. الشعور بالنقص عندما ينظر إلى غيره ، والشعور بالغيرة من إقرانه .
3. عدم اندماج الفرد مع الآخرين أو عرقلة مشاركته لأقرانه في نشاطاتهم وتفاعلاتهم مما يؤدي إلى خمول ظاهري وتجنب التواصل معهم .
4. الشعور بعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية .
5. سلوك التجنب (الهروب) من المواقف الاجتماعية.
6. صعوبة التعبير عن الذات في المواقف الاجتماعية .
7. وضوح الانكماش عن إقامة علاقة أو احتكاك بالغرباء لدرجة تؤثر على دوره الاجتماعي .

- **مكونات القلق الاجتماعي:**

يرى (السيد،54:2001) أنَّ القلق الاجتماعي يشتمل على مكونين أساسيين هما:

1. **قلق التفاعل:** وهو عبارة عن القلق الناشئ من التفاعل المتوقع بين الفرد والآخرين، وهو يحدث نتيجة الخجل أو التفاعل مع أناس جدد أو غرباء.
2. **قلق المواجهة:** وهو عبارة عن القلق الناشئ من المواجهة غير المتوقعة، ويظهر ذلك من خلال التحدث والاتصال.

في حين يرى (ستيهان،14:1989) أن المكونات الأساسية للقلق الاجتماعي كالآتي:

1. قصور في مجالات المهارات الاجتماعية.
2. اتجاهات سلبية أو غير سوية للشخص تجاه نفسه.
3. مركب من الخوف الاجتماعي والكف المصبوغ بدرجة عالية من المظاهر الانتقالية والفسيولوجية.

بينما يرى (رضوان،49:2001) أن المكونات الأساسية للقلق الاجتماعي هي :

1. مكون فسيولوجي:

ويشير هذا المكون إلى ظهور بعض الأعراض الفسيولوجية على الأفراد ذوي القلق الاجتماعي، وذلك عندما يواجهون أحد المواقف الاجتماعية ، أو حتى مجرد التفكير في هذه المواقف .

2. مكون معرفي:

ويشير هذا المكون إلى الاعتقادات والأفكار السلبية والافتراضات والتوقعات غير التوافقية لدى الفرد ، فالمكون المعرفي يلعب دوراً حاسماً في استمرار وبقاء القلق الاجتماعي .

3. مكون سلوكي:

ويتضمن السلوكيات التي يستخدمها الأشخاص ذوي القلق الاجتماعي بهدف محاوله التحكم في الموقف وخفض مستوى القلق لديهم.

ويرى الباحث أنَّ تلك المكونات تتفق مع كون الانفعال بصفة عامة ينطوي على ثلاث جوانب هي: خبرة شعورية واعية، استجابة سلوكية، استجابة فسيولوجية.

كما يرى (Henderson & Zimbardo, 2001:47) أن القلق الاجتماعي يتضمن أربع مكونات رئيسية:

1. **المكون الانفعالي:** ويتمثل في مشاعر الخوف والتوتر والهلع في المواقف الاجتماعية.
2. **المكون المعرفي:** ويتضح في إدراك الشخص للموقف الاجتماعي بطريقة سلبية مع تركيزه على التقييم السلبي الذي قد يتلقاه من الآخرين.
3. **المكون الفسيولوجي:** ويتجسد في التغييرات الفسيولوجية الناجمة عن استثارة الجهاز العصبي المستقل وتنشيطه، ومنها زيادة معدل ضربات القلب ورعشة الصوت والأطراف واصفرار الوجه وزيادة إفراز العرق.
4. **المكون السلوكي:** و يتمثل في السلوك التجنبي للمواقف الاجتماعية المثيرة للقلق عند الشخص المصاب بالقلق الاجتماعي (البناء،2006،294).

في حين ترى (جمال،31:1997) أن هناك أربعة أبعادٍ للقلق الاجتماعي هي:

1. **الارتباك:** يكون مصحوباً بقهقهة أو بعصبية أو شعور بالغباء.
2. **الشعور بالخزي:** وهو ازدراء الذات و إذلالها و الشعور بالكآبة.

3. قلق الجمهور: وهو الشعور بالخوف و الانزعاج و عدم الانتظام عند وجود الآخرين.
4. الخجل: ويستدل عليه من كبح سلوك اجتماعي متوقع مع مشاعر توتر و احراج و ارتباك.

- **الأنواع الفرعية للقلق الاجتماعي:**

اشتملت الأنواع الفرعية للقلق الاجتماعي على نوعين أساسيين هما :

1. **القلق الاجتماعي المعمم:** ويتضمن مدى واسع من المثيرات و المواقف الاجتماعية المخيفة، حيث يكون الخوف لدى الفرد في معظم المواقف الاجتماعية.
2. **القلق الاجتماعي غير المعمم:** فهو يرتبط بتجنب عدد محدود من مواقف الأداء و التفاعل الاجتماعي، حيث يظهر الخوف في موقف أو موقفين.

وقد أوضحت الدراسات أن القلق الاجتماعي العام هو أكثر شيوعاً و أكثر شدة، و تكون نتائجه خطيرة و تؤدي إلى عجز و قصور رئيسي في حياة الفرد، و إلى الإعاقة المختلفة في الوظائف الاجتماعية والتربوية والمهنية و الأكاديمية للفرد (البنا،19:2002).

- **الأسباب المؤدية إلي القلق الاجتماعي:**

أصبح الانتشار الواسع للقلق الاجتماعي في عصرنا الحالي يشكل ظاهرة ملموسة في كل المجتمعات، حيث أن القلق يصيب الناس في مختلف الأعمار والمستويات، ومما لا شك فيه أن ذوي القلق الاجتماعي عند تعرضهم للمواقف الاجتماعية المخيفة يشعرون بالقلق وأيضاً بالهلع ، وتعرض عليهم كثير من الأعراض الجسمية والمعرفية والسلوكية .

وهناك عوامل عدة تفسر أسباب القلق الاجتماعي تسهم في ظهور واستمرار القلق الاجتماعي.
ومن خلال ما تقدم فإن الباحث يعرض الأسباب والعوامل الرئيسية المؤدية للقلق الاجتماعي:

1. أسباب وراثية(الاستعداد الوراثي):

ويقصد بالاستعداد الوراثي أن الفرد يرث الجينات المسؤولة عن الاضطراب الكيميائي الذي يحدث القلق، ويكون مسئولاً عن طبيعة الأعراض وعن العوامل الكيميائية المسئولة عن القلق، والتي ربما تتمثل في زيادة استثارة نهايات الأعصاب الموجودة في المشتبكات العصبية في النظام الإدرينالينى، والتي تسرف في إنتاج أمينات الكاتيكول مع زيادة نشاط المستقبلات ، مع وجود نقص في الموصلات الكيميائية المانعة ، ونتيجة هذا النقص تستثار أجزاء المخ بشكل زائد وينتج من هذه الزيادة أعراض القلق.

2. أسلوب التعلق:

الأطفال ذوو التعلق الغير آمن يميل آباؤهم إلى النبذ و الرفض لهم، كما يؤدى أسلوب التعلق الغير الآمن إلى ظهور مفهوم سلبي عن الذات وعن الآخرين لدى الفرد ويرتبط بوجود العديد من المشكلات النفسية لدى الأطفال ومنها القلق الاجتماعي.

3. أساليب المعاملة الوالدية :

تسهم أساليب المعاملة الوالدية غير السوية القائمة على المستويات المرتفعة من الحماية الزائدة، و التحكم و الضوابط و القيود والتي تفرض على الطفل و التي تحول دون تعريضه للمواقف الاجتماعية في ظهور القلق الاجتماعي.

4. العوامل المعرفية:

إن الأفراد ذوي القلق الاجتماعي لديهم نزعة نحو تقييم أنفسهم بطريقة سلبية ، كما أنهم يميلون إلى المبالغة في تقدير إدراك الناس الآخرين للقلق الشخصي لديهم.

5. عوامل مرتبطة بعلاقات الأقران :

إن العلاقة بين القلق الاجتماعي و علاقات الأقران هي علاقة تبادلية، حيث أن الطفل القلق اجتماعياً يكون أكثر معايشةً للعلاقات السلبية مع الأقران، وذلك مقارنة مع الأطفال العاديين، و أن هذه الخبرات تؤدي إلى تفاقم و استمرار القلق الاجتماعي لديه (حسين،2009:69).

كما يرى(العزاوي وعبود،20:2010) أن القلق الاجتماعي يحدث رغم أن الفرد يعرف أن مخاوفه غير منطقية لسبب رئيسي وهو انخفاض في السلوك التوكيدي:

1. **الجوانب البدنية:** مثل ضعف البنية أو السمنة الزائدة أو وجود إعاقة بدنية.
2. **الجوانب الاجتماعية:** مثل تغير لون الوجه – العرق – ذكر مهنة الوالد..... الخ .
3. **جوانب اقتصادية:** تدني الحالة الاقتصادية للأفراد.
4. **التنشئة الاجتماعية:** نقص التدريب على المهارات الاجتماعية في الأسرة، شدة الوالدين أو أحدهما في معاملة زيادة استخدام العقاب، أو وجود حماية زائدة في مرحلة الطفولة.

- **المحكات التشخيصية للقلق الاجتماعي :**

حدد الدليل التشخيصي و الاحصائي للاضطرابات النفسية الإصدار الرابع (1994)الصادر عن الرابطة الأمريكية للطب النفسي (APA) عدداً من المحكات التشخيصية التي يجب مراعاتها عند تشخيص القلق الاجتماعي و هي كالآتي :

1. خوف مستمر و ملحوظ في موقف أو أكثر من مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعية ، و التي من خلالها يكون التشخيص محل ملاحظة وإمعان وتدقيق للنظر فيه من الآخرين و لا سيَّما إذا كان هؤلاء الناس غير مألوفين لديه ، و أن الخوف يجعله يسلك بطريقة مخزية و مربكة، وبالنسبة للأطفال فلابد من أن يحدث القلق لديهم في إطار جماعة الأقران وليس في إطار التفاعل مع الراشدين .
2. أن يكون التعريض للموقف الاجتماعي مخيفاً،و من شأنه غالباً و بشكل محتوم استثارة القلق لدى الفرد ، وقد يأخذ شكل نوبة هلع موقفية.
3. أن يدرك الشخص أن خوفه يكون مفرطاً فيه و غير معقول.
4. أن يتم تجنب مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعية المخيفة، مع وجود قلق وضيق وكدر شديد ومستمر لدى الفرد.
5. أن يتعارض التجنب و توقع القلق والكدر في مواقف الأداء، أو الموقف الاجتماعي مع الوظائف الأكاديمية والمهنية، ومع الأنشطة الاجتماعية والعلاقة مع الآخرين، وأن يوجد كدر وضيق ملحوظ حول وجود هذا الخوف.
6. يجب أن لا يكون الخوف أو التجنب ناتجاً عن التأثيرات الفسيولوجية المباشرة للاستخدام الطبي أو الاستخدام السيئ للعقاقير أو المخدرات أو الحالة الصحية العامة ،أو لا يكون ناتجاً عن وجود اضطراب نفسي آخر (مثل، اضطراب الفزع مع أو بدون الخوف من الأماكن العامة، أو اضطراب قلق الانفصال، أو الاضطراب الارتقائي الشامل، أو اضطراب الشخصية شبه الفصامية).
7. في حالة وجود اضطراب نفسي آخر أو حالة طبية عامة (مثل، اللجلجة في الكلام، أو الشلل الرعاش، أو فقدان الشهية العصبي، أو البدانة)، فإن الخوف أو الإحجام لا يكون قاصراً على تأثيره الاجتماعي (DSM-IV,1997:205-206).

و تتحدد معايير القلق الاجتماعية في التصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية (ICD-10) في المحكات التشخيصية التالية :

1. ضرورة أن تكون الأعراض النفسية والسلوكية هي أعراض قلق، وألا تكون ثانوية لأعراض أخرى مثل الضلالات و الوساوس القهرية.
2. يجب أن يكون هذا القلق محصوراً و مقيداً في المواقف الاجتماعية.
3. أن يكون المظهر العام هو تجنب المواقف المثيرة للخوف كلما كان ذلك ممكناً.

(ICD-10,1991:149)

مما سبق يرى الباحث أنه يجب يتسم الفرد القلق اجتماعياً بالخوف من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية حينما يتواجد الفرد وسط الغرباء، أو عندما يكون موضع اهتمام الآخرين، ويؤدى هذا التعرض غالباً إلى إثارة القلق الذي قد يأخذ شكلاً يرتبط بهذا الموقف أو ذاك، أو يأخذ شكل نوبة الهلع، ويدرك الفرد تماماً أنَّ مخاوفه مبالغ فيها وغير معقولة، ولكنَّه مع ذلك يخاف من المواقف الاجتماعية ويتجنبها أو يخبر قلقاً شديداً وتوتراً يؤثر سلباً على روتين حياته العادي وأدائه الوظيفي المهني أو الأكاديمي، وعلى أنشطته الاجتماعية وعلاقاته .

ثالثا: القلق الاجتماعي في ضوء نظريات علم النفس:

لقد تضاربت وجهات النظر المختلفة في تفسير القلق لدى الإنسان، وقد جاء هذا التضارب والاختلاف من ثراء المفهوم نفسه وتعقيده في نفس الوقت.

ومن الجدير بالذكر هنا أن استعدادنا للقلق ليس دليل الشذوذ، بل هو وسيلتنا للتكيف وحفظ الذات من الخطر، أما الشذوذ فيكون في الشدة والتطرف، وفي تأثير القلق على سلوكنا تأثيراً يجعله مضطرباً وغير مناسب (العناني،1998:110).

ومن منطلق الاختلاف في وجهات النظر حول مفهوم القلق، سيعرض الباحث أهم النظريات التي حاولت تفسير القلق الاجتماعي.

1. نظرية التحليل النفسي:

اعتبر فرويد"Frued" أن القلق يظهر أصلاً كرد فعل لحالة من حالات الخطر التي تواجه الشخص، فإذا انتهت هذه الحالة انخفضت أو تلاشت أعراض القلق ،ولكنها إذا عادت إلى الفرد ظهرت أعراض القلق مرة أخرى (الشناوي،2000:377).

وهناك جهود مجموعة أخرى من العلماء التحليليين الذين انشقوا عن "Frued" تقلل من أهمية الغرائز في تفسير السلوك الإنساني مقارنة بما قدمه ،ومن هؤلاء العلماء أتورانك "Ottorank"الذي يرى أن صدمة الميلاد وليست العقدة الأوديبية هى المشكلة الرئيسية للإنسان، فهي التي تحرك في اللاشعور ذلك القلق الأصلي الناشئ عن الانفصال عن رحم الأم ، وذهب إلى أن الطفل قبل ولادته كان ينعم باللذة والسعادة في جنة الرحم ، وميلاده عبارة عن طرد له من هذه الجنة فيشعر بصدمة شديدة مؤلمة ينتج عنها مشاعر القلق الأولى، ثم تأتى خبرات الانفصال التالية لتكرر شعور الإنسان بالقلق (الدسوقي،93:1995).

في حين يرى أدلر"Adler" أن الأطفال عادة ما يشعرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار، ويؤدى ذلك إلى شعور الفرد في المستقبل بالنقص والذي يحاول تعويضه عن طريق كسب حب وصداقة الآخرين، ولكنه يشعر بالقلق إذا ما فشل في ذلك، وركز أدلر"Adler" على التأثيرات الثقافية في السلوك مفترضاً أن الشخصية اجتماعية بفطرتها، وأنَّ الشعور بالنقص يتوسط الدافعية الإنسانية، وأوضح أدلر "Adler" أن الشعور بالقلق ينشأ عند شعور الفرد بالنقص العضوي أو الاجتماعي أو العقلي، الذي قد يصاب به خاصة في مرحلة الطفولة (ليندا دافيدوف،177:2000).

في حين ترى هورنى"Horney " أن السلوك الإنساني السَّوي يستند من الشعور بالطمأنينة، وأن أساس القلق يرجع إلى عدم قدرة الفرد على الوصول إلى حالة الطمأنينة ، التي ترجع إلى علاقاته مع والديه ، وهذا يؤدِّى إلى تكوين نظرة عدائية للعالم باعتباره عدواً مهدداً له ،كما ترى هورني " Horney" أن الطفل الذي لا يشعر بالحب والاحترام في سنواته الأولى يميل إلى إظهار الكره والعداء نحو والديه ونحو الأشخاص الآخرين عامة، كما أنه يتوقع الأذى و الضرر من الآخرين، كما أكدت هورنى"Horney" على أن خبرات الأطفال المتنوعة تنتج أنماطاً مختلفة من الشخصيات والصراعات ،وأكدت أيضاً على الآثار السلبية للإحساس بالعزلة والضعف (المشيخي،25:2009).

وكذلك يرى سوليفان "Sullivan" أن الفرد حتى يتطبَّع اجتماعياً فإنه يمر بثلاث مراحل هي : الأنا،الأنا الأعلى، نكران الذات، وركز على أن الخبرة أو التجربة الإيجابية تجلب الأمن والطمأنينة للفرد.

والقلق عند سوليفان"Sullivan" يعتبر قوة لها أثرها في تكوين الذات والنفس غير أنها قوة معوقة ؛إذ تقلل من قوة الملاحظة كما تقلل من القدرة على التمييز، وتعيق الفهم والحصول على المعلومات.

ويرى سوليفان "Sullivan" أن نفسية الطفل تتكون من نظام خاص باستحسان الوالدين لأعمال الطفل والتي تؤدِّي إلى شعوره بالانشراح ، أما الأعمال التي لا تلقى استحسانها فإنها تولد لديه الشعور بالقلق، فيكتسب الطفل نتيجة لذلك اتجاهاً سلوكياً محدداً يحتفظ فيه طوال حياته ، وأي خبرة تهدد هذا النظام والاتجاه في المستقبل تؤدي إلى القلق (أبو عيطة،120:2000).

ويري الباحث أن هذه النظرية التي يتزعمها فرويد"Frued"، والذي أرجع فيها القلق إلي ماضي الطفل وخبراته الأولي القديمة التي تعرض لها مثل صدمة الميلاد، والقلق بسب كبت الرغبات الجنسية وأثرها في زيادة مشاعر القلق لدي الأفراد ناقصة ومشوشة ويعتريها بعض الأخطاء، بينما نجد أتباع فرويد "Frued" مثل أدلر وهورني وسوليفان"Horney& Sullivan & Adler " ربطوا بين الواقع الحالي الذي يتأثر به الطفل ويحدد سلوكه الحالي، وهم بذلك خالفوا فرويد حين قال أن الماضي وحده هو الذي يحرك الحاضر والمستقبل للفرد، واعتبروا أن خبرات الحاضر الناشئ عن الواقع الخارجي، والخبرات الحاضرة هي التي تشكل نمط تطلعات الفرد للمستقبل.

2. نظرية المدرسة السلوكية:

يعتبر القلق من وجهة نظر السلوكيين أنه سلوك متعلَّم أو استجابة خوف اشتراطية مكتسبة من حيث تكوينها ونشأتها، ويرى السلوكيون أن هذه الاستجابة تستثار بمثير محايد ليس من شأنه ولا في طبيعته أصلاً ما يثير الشعور بالخوف ،إلا أن هذا المثير المحايد يكتسب القدرة على استدعاء الخوف نتيجة اقترانه عدة مرات بمثير طبيعي للخوف وفقاً لعملية الاشتراط ولقوانين التعلُّم التي أكد عليها الاشتراطيون،وعندما ينسى الفرد رابطة الاشتراط وظروفها فإنه عادةً ما يخاف عندما يتعرض للمثير الذي كان من قبل محايداً وأصبح مثيراً شرطياً للخوف (القريطي،130:1998).

وبذلك يمكن القول أن المؤيدين للتشريط الكلاسيكي يرون أن كثيراً من اضطراباتنا وسماتنا الشخصية هي استجابات اكتسبناها من خلال عملية تشريط كلاسيكية، ثم تحولت إلى عادات مرضية، وهي ليست نتاجاً لغرائز طبيعية أو صراعات داخلية، فالقلق والخوف والتفاؤل والتشاؤم جميعها يمكن تفسيرها بالاعتماد على التشريط الكلاسيكي على أنها استجابة شرطية لمنبهات اكتسبت قدرتها على إثارة هذه الجوانب السلوكية، بسبب ارتباطها بأحداث تبعث على الضرر أو النفع أو الفائدة (حسانين،87:2000).

ويفسر دورلارد وميلر Dollard & Meller أن الخوف والقلق دافعان متعلَّمان ثانويان، وأن القلق ينشأ لدى الطفل نتيجة اكتسابه من الوالدين، ويذهبان إلى أن الوالدين بإمكانهما جلب أو إبعاد القلق على أبنائهما (باترسون،295:1992).

ويتضح من خلال عرض النظرية أن المدرسة السلوكية قد أهملت اللاشعور، وركزت اهتمامها علي دراسة السلوك الإنساني الظاهر أو الخارجي، واعتمدوا علي المثير والاستجابة في تفسيرهم للقلق، و يتضح أيضاً أن المدرسة السلوكية اتفقت مع مدرسة التحليل النفسي في أن كلا المدرستين ترجعان القلق إلى خبرات مؤلمة في ماضي الفرد، في حين أنهما تختلفان في تصورهما لتكوين القلق، حيث تتحدث التحليل النفسي عن علاقة القلق بالهو والأنا والأنا الأعلى، أو الشعور و اللاشعور، بينما يحلل السلوكيون القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي

3. نظرية المدرسة الإنسانية:

يرى أصحاب هذا الاتجاه أن القلق هو الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث قد تهدد وجود الإنسان الكائن الوحيد الذي يدرك حتمية نهايته، وأنه معرض للموت في أي لحظة، ومن هنا فإن توقع فجائية حدوث الموت هو المثير الأساس للقلق عند الإنسان (عبد الغفار،126:1981).

فالإنسان يعيش حياته تبعاً لوجهة نظر أصحاب هذا الاتجاه، وهو يواجه الكثير من المواقف التي تثير قلقه، كالرغبة في تحقيق حياة كاملة، واختيار الأسلوب الملائم للحياة، وخوفه من احتمال حدوث الفشل في أن يحيا الحياة التي يطمح إليها، كل هذا يعتبر من مثيرات القلق، إلى جانب فقد الفرد لبعض طاقاته وقدراته نتيجة لاعتلال في الصحة، أو إصابته بمرض لا شفاء منه، أو بسبب تقدمه في العمر، حيث يعني ذلك انخفاضاً في عدد الفرص المتاحة أمامه، وانخفاض نسبة نجاحه في المستقبل (الشويعر،35:1988).

كما تؤكد النظرية الإنسانية خصوصية الإنسان بين الكائنات الحية، وركزت دراستها على الموضوعات التي ترتبط بهذه الخصوصية مثل: الإرادة الحرة، والمسئولية، والابتكار، والقيم ، وترى أن التحدي الرئيس أمام الإنسان هو أن يحقق وجوده وذاته كإنسان، وعلى الإنسان أن يسعى لتحقيق هذا الوجود، لأن هذا هو الهدف النهائي الذي يجب أن يوجه الإنسان في الحياة، ولذلك فإن كل ما يعوق محاولات الفرد لتحقيق هذا الهدف يمكن أن يثير قلقه، وعلى ذلك فإن عوامل القلق ومثيراته ترتبط بالحاضر والمستقبل، ومن أهم العوامل المرتبطة بالقلق عند أصحاب هذه المدرسة بحث الإنسان عن مغزى لحياته أو هدف لوجوده (كفافي،350:1990).

ومما سبق يرى الباحث أن النظرية الإنسانية ترى أن القلق ينشأ من عدم التكافؤ بين الذات الواقعية، والذات المثالية، أي عندما يواجه الفرد بعض العوائق والصعوبات التي تقف أمام تحقيق أهداف وطموحاته، أو عندما يواجه حدثاً يهدد بنيته الذاتية القائمة فعلاً.

4. المدرسة البيولوجية:

يعتقد داروين "Darwin "أن للخوف والقلق دوراً توافقياً يحافظ على الكائن ويعده لمواجهة الخطر، فسرعة النبض، واتساع حدقة العين، وسرعة التنفس، وتغيير الوجه والصوت تنبه الإنسان أو الكائن إلى وجود الخطر، وتمثل حشداً لطاقاته الجسمية لمواجهة هذا الخطر، ويرى كانون "Canon"أن مصاحبات القلق البيولوجية والنشاط العضلي الذي قد يستمر لمدة طويلة تؤهل الكائن للهرب أو القتال، ويقوم الجهاز السيمبثاوي بإعداد الإنسان لهذا النوع من الطوارئ، وذلك بتنشيط وإطلاق الأدرينالين في الدم، وإعادة توزيع تدفق الدم من الجلد للعضلات، وتخفيض زمن تخثر الدم, وتوسيع الشعب الهوائية، وتخفيض إفراز اللعاب، وزيادة مستوى السكر بالدم، وهذه التغيرات ترفع من قدرة الإنسان أو الحيوان على الهروب أو القتال (الجوهي،1419هـ:52).

ويلاحظ من هذه النظرية على الرغم من تركيزها على الجوانب الفسيولوجية لدى الإنسان إلا أنها لم تهمل العوامل الخارجية المؤثرة ودورها في التأثير على الجهاز العصبي اللاإرادي لدى الفرد.

5. نظرية قلق الحالة و قلق السمة:

لقد توصل كاتل واسبيلبيرجر "Cattell & Spielberger " إلى التمييز بين جانبين للقلق، جانب القلق الذي نشعر به في موقف معين ويزول بزواله، وجانب الاستعداد للقلق أو الاستهداف للقلق في المواقف المختلفة، وأطلقا على الجانب الأول "حالة القلق" وعلى الجانب الثاني "سمة القلق".

وقد عرف اسبيلبيرجر "Spielberger" (حالة القلق) بأنها عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الانسان عندما يدرك تهديداً في الموقف، فينشط جهازه العصبي اللاإرادي، وتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد، وتزول هذه الحالة بزوال مصدر التهديد، حيث أنها حالة غير ثابتة تتغير بتغير الموقف بحسب التهديد الذي يدركه الانسان في كل موقف فيزداد في مواقف الشدة وينخفض في مواقف الأمان وعدم الشدة (نعيمة،1993:70).

وقد أشار (القريطي،1998:133) إلى أن حالة القلق هي حالة انفعالية ذاتية موقفية ومؤقتة ،أقرب ما تكون إلى حالة الخوف الطبيعي يشعر بها كل إنسان في مواقف التهديد؛ مما

يؤدي إلى تنشيط جهازهم العصبي المستقل، ويهيئهم لمواجهة مصدر التهديد، وتختلف هذه الحالة تبعاً لما يستشعره كل فرد من درجة خطورة في الموقف الذي يواجهه، كما تزول بزوال مصدر الخطورة.

ويرى جولدن بيرج "Golden Berg " (1977) أن حالة القلق هي حالة مؤقتة أو خبرة تحدث لمثير ما أو موضوع ما، وتتفاوت هذه الحالة تبعاً لتفاوت درجة المثير، وتتضمن مشاعر التضمن والخشية مصاحبة بردود فعل فسيولوجية وهذه الحالة تستثار بموقف يدركه الفرد على أنه مصدر التهديد (غريب 1998 : 365).

أما سمة القلق فهي استعداد سلوكي مكتسب في معظمها، وغالباً ما يستمد أصوله من خبرات طفولية مبكرة مؤلمة ،كما أنها استعداد ثابت نسبياً وكامن في شخصية الفرد ولصيق بها أكثر من كونه مرتبطاً بحجم التهديد في المواقف أو الموضوعات التي يستجيب لها بالتوتر والقلق، وهو ما يجعل الفرد صاحب الاستعداد العالي من حيث القلق أكثر استهدافاً لاستشعار الخطر وفقدان الاستقرار وتوقع الشر من موضوعات أو مواقف لا تنطوي على كل هذا الخطر.

(القريطي،133:1998)

ويرى اسبيلبيرجر "Spielberger" أن سمة القلق سمة مفردة مركزية للكائن الحي قائمة على الخبرات السابقة وهي مثلها كباقي سمات الشخصية تتشكل في مرحلة الشباب والرشد.

فالشخص صاحب سمة القلق المرتفعة يكون لديه استعداداً عالياً للقلق، مما يجعله يستجيب لمواقف التهديد والشدة بخوف شديد لا يتناسب مع الموقف الذي تعرض له، أما الشخص صاحب سمة القلق المنخفضة ،فإنه يستجيب لمواقف التهديد والشدة بخوفٍ عاديٍ يناسب ما في الموقف من خطر موضوعي.

إن سمة القلق لا تظهر مباشرة في السلوك، بل تستنتج ويستدل عليها من تكرار ارتفاع حالة القلق و شدتها لدى الفرد على امتداد الزمن ،ويتميز الأفراد ذو الدرجة المرتفعة في سمة القلق بميلهم إلى إدراك العالم باعتباره خطراً يهدد حياتهم، وهؤلاء الأفراد أكثر تعرضاً للمواقف العصبية.

(غريب،356:1998)

ويرى الباحث أن سمة القلق تشبه في تكوينها القلق العصابي أو القلق المزمن ؛وذلك لأن كل منها نتيجة تراكمات في الماضي لدى الفرد وأصبحت مع مرور الزمن سمةً ثابتةً نسبياً في الشخصية، وكذلك بالنسبة لحالة القلق فهي مؤقتة وتشبه القلق الموضوعي ،حيث أنها تزول بزوال الخطر الذي تعرض له الفرد في المواقف المختلفة.

6. النظرية المعرفية:

ترى المدرسة المعرفية أن الناس يكتسبون مخزوناً كبيراً من المعلومات والمفاهيم والصيغ للتعامل مع ظروف حياتهم، وتستخدم هذه المعرفة من خلال الملاحظة وتنمية واختبار الفرض وإجراء الأحكام والتصرف بشكل أقرب ما يكون إلى العالم الواقعي.

وعلى هذا فالمعارف لدى الفرد تؤثر في انفعالاته وسلوكه بطريقتين وهما من خلال محتوى المعارف، ومن خلال معالجة المعارف، فمحتوى المعارف يؤثر في الانفعالات والسلوك، و الجوانب الفيسيولوجية للفرد، وذلك من خلال تقديرات الفرد لذاته وللآخرين وللعالم من حوله، وتفسيرات الفرد للأحداث، فمثلاً لو اعتقد الفرد أنه شخص فاشل فإنه يشعر بالاكتئاب، أما معالجة المعارف (العمليات المعرفية) فهي تؤثر في خبرات الفرد عن العالم، وذلك من خلال درجة المرونة التي تكون لديه في التغيير بين أساليب المعالجة المختلفة (حسين،173:2007).

وعندما يقوم الفرد بالقراءة الذاتية للمواقف الحياتية من خلال العمليات الذهنية التي يتمكن بها من إدراك العالم الداخلي والخارجي، قد يعتريها أو يعتري جزء منها خلل أو تحريف، يؤدي إلى بلورة أفكار وتصورات مشوهة عن النفس أو عن الآخر أو عن العالم المحيط، وتكون سبباً في نشأة العديد من المشاكل النفسية وصعوبات التوافق، و الواقع أن مظاهر التشويه والتحريف اليومية راجعة بالأساس إلى القراءات والتأويلات الخاطئة وسوء فهم الرموز والعلامات الخارجية و السلوكات الصادرة عن الآخرين، وهذا ما قد يؤدي إلى إشراطات وتعلُّمات مشوهة، يقوم الفرد بإسقاطها على مواقف وسياقات جديدة (علوي،49:2009).

وعلى هذا فإن النموذج المعرفي يفترض أن الحالات المرضية المختلفة تتميز بمخططات معرفية محددة، فمثلاً الاكتئاب يرتبط بالمخطط السلبي للفشل والضياع والفراغ، أما القلق فيتميز بالتهديد والتوجس والغضب، وتتميز البرانويا بموضوعات تتعلق بالريبة والخوف من السيطرة ومؤامرات الآخرين (روبرت ليهي،28:2006).

وتعتبر الاضطرابات مثل القلق و الرهابات والاكتئاب أساساً كاضطرابات في التفكير، تنتج حينما يركز الفرد على نواحٍ سلبية من المواقف في حين يتجاهل أو يهمل ملامح بارزة أخرى؛ وبهذه الطريقة يفقد الفرد الموضوعية، ويشوه الحقيقة، ونتيجة لهذه التشوهات تضعف قدرة الفرد على تضمين استجابات سلوكية متوافقة (فايد،95:2008).

وعليه فإن الباحث يرى أن إدراك الشخص لحادث ما على أنه مهدداً للمجال الشخصي سيؤدي إلى ظهور استجابة انفعالية شديدة أو مرضية ، إذ يمكن مثلاً أن تصبح المواقف الاجتماعية

المقرونة بتوقعات سلبية عن تقييمات الآخرين، مواقف تهديد يستجيب لها الفرد استجابة خوف مرضية.

- **تعقيب عام على نظريات القلق:**

يخلص الباحث من خلال استعراض أراء النظريات النفسية التي عملت علي تفسير القلق إلي عدة أمور أهمها:

1. أن فرويد "Frued" هو صاحب الجهد الاكبر في وضع مفهوم القلق ، بل ويعتبر أول من وضع تقسيمات للقلق، وقدم توصيفاً دقيقاً لكل نوع من أنواعه، وركز على الخبرات الماضية دون غيرها.
2. أن الفرويدون الجدد أمثال هورني وأوتورانك و أدلر وسوليفان و" Adler & Sullivan Horney, Ottorank, " فد اختلفوا مع فرويد في تفسيره للقلق بسبب اهتمامهم بالعلاقات الاجتماعية، و أثرها على علاقات الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه .
3. السلوكيون ينظرون إلى أن القلق سلوك مكتسب يتم عن طريق تعلم خاطئ يحدث من خلال الخبرات الماضية التي اكتسبها الفرد في حياته الأولى ، ولم يهتم هؤلاء بالأسباب الكامنة وراء القلق، ولكنهم قد اهتموا بالأعراض ذاتها وتطوير طرق علاجها .
4. اعتبر أصحاب النظرية الإنسانية أن المستقبل هو المسبب الحقيقي للقلق عند الإنسان بسبب إدراك الفرد بأن الموت نهاية حتمية للإنسان، وبالتالي فإن الفرد ينظر لأحداث المستقبل على أنها مهددة لوجوده.
5. ويتضح كذلك أن المدرسة التحليلية والمدرسة السلوكية قد اتفقتا على أن القلق يرتبط بماضي الفرد وما تم مواجهته في الماضي من خبرات، ولكنهم اختلفوا في مصدر القلق، فالتحليليون يعتبرون أن القلق هو استجابة لخطر مجهول غير معروف السبب، أما النظرية السلوكية فتعتبر القلق استجابة لخطر معروف ومحدد ، وهذا يخالف ما ذهبت إليه النظرية الإنسانية التي اعتبرت أن المواقف المستقبلية هي التي تثير القلق وليس الماضي .
6. ترى النظرية المعرفية أن القلق يتولد لدى الإنسان ليس بسبب ما يمر به من أحداث ،وليس بسبب خبراته الماضية، ولكن بسبب أسلوب من التفكير لا يخضع للمنطق وتبني مجموعة من المفاهيم والمعتقدات الخاطئة .

7. تشير نظرية قلق الحالة و قلق السمة إلى أن قلق الحالة قلق مؤقت يزول بزوال الخطر المحيط به ويختلف من وقت لآخر، وأن قلق السمة هو عبارة عن صفةٍ ثابتةً نسبيًّاً في الشخصية يكتسبها الفرد في مراحل حياته وهو مختلف من شخص لآخر .

ويميل الباحث إلى الأخذ بتفسير النظرية المعرفية في تفسير القلق الاجتماعي؛فقد ركزت النظرية المعرفية عن الأفكار التلقائية والتحريفات المعرفية ، والتخطيطات المعرفية في تفسير الاضطرابات الانفعالية الأخرى ومنها القلق، كما ترى النظرية المعرفية أن القلق يكون ناتجة أساساً عن اضطراب في تفكير الفرد ، وكيف يفسر الأحداث من حوله كلها عوامل هامة في حدوث القلق، كما تؤكد النظرية المعرفية على أن توقع الفرد للأخطار و الشرور هي المكونات الأساسية التي تميز مرضى القلق ، فالقلق لديه يتوقف أساساً على كيفية إدراكه لتلك المخاطر، و تقديره لها، فالفرد في حالة القلق يكون مهموماً أولاً باحتمال تعرضه للخطر والأذى، فالفكرة الأساسية التي تهيمن عليه هي وجود خطر داهم يهدد صحته، أسرته ممتلكاته، مركزه المهني أو الاجتماعي و غيرها من أنواع التهديدات؛ فالمبالغة في تقدير الأخطار المحتمل حدوثها للفرد في المستقبل، تجعله دائم التشكك في قدرته على المواجهة و المقاومة، مما تسبب له قلقاً مستمراً .

رابعاً: الأساليب العلاجية للقلق الاجتماعي:

رغم صعوبة علاج القلق، إلا أنه من أكثر الأمراض النفسية استجابة للعلاج، حيث يمكن علاجه بإزالة الأسباب التي أدت إليه، ويمكن القول أن علاج القلق يختلف حسب الفرد وشدة القلق، ووسائل العلاج المتاحة للفرد (العناني،1998:115).

ومن هذا المنطلق سوف يقوم الباحث باستعراض بعض أهم أنواع العلاج النفسي المستخدمة في مجال القلق الاجتماعي وهي كالتالي:

أ- العلاج بالتحليل النفسي:

وهو أحد الوسائل الهامة في علاج القلق حيث يساعد علي تقوية (الأنا) للمريض باعتبارها الجزء المسيطر على حفزات (الهو) والمنسق بين متطلبات (الهو) وضوابط (الأنا الأعلى) ،وكما يهدف إلى إظهار الذكريات والأحداث المؤلمة والمكبوتة بمعنى تحديد أسباب القلق الدفينة في اللاشعور ونقلها إلى حيز الشعور، ويتم ذلك عن طريق التداعي الحر وتفسير الأحلام ،حيث يصل المريض إلى الاستبصار بالمشكلة ومحاولة حلها (الداهري،1999:334).

ويرى الباحث أن التحليل النفسي يحتاج لكثير من الوقت والجهد والمال، ولذا يستحسن عدم اتباعه إلا في الحالات الشديدة المزمنة، التي يتطلب علاجها الوقت والمال.

ب – العلاج السلوكي المعرفي:

يعتبر العلاج السلوكي المعرفي أكثر أنواع العلاج النفسي شيوعاً في الوقت المعاصر في اضطراب القلق هو العلاج النفسي السلوكي المعرفي، وهو محاولة تغيير النظم المعرفية في التفكير، من خلال هذا العلاج المتخصص (عكاشة،149:2003).

وفيما يلي عرضاً موجزاً لأهم الفنيات التي يستخدمها العلاج السلوكي المعرفي:

1. النمذجة:

يعتبر التعلم بالنمذجة من أهم الأساليب العلاجية التي تعمل على تدريب الأفراد على العديد من المهارات الاجتماعية، التي من الممكن أن تكسب الفرد السلوك من خلال التعلم الاجتماعي من خلال التعرف على النماذج السوية والاقتداء بها، أي ما يسمى التعلم بالقدوة حيث يعرض على الأفراد النماذج المرغوب تعلمها في سلوكهم من خلال قصص،أو نماذج حية أو رمزية (حمزة، 31:2004).

2. أداء الدور:

وهذا الأسلوب يعتمد على وجود نموذج أو قدرة ملائمة، وبمرور الوقت يتحول الدور الذي يلعبه الفرد إلى واقع يعيشه في الحياة حتى يستطيع تعلم مهارات اجتماعية تساعده في أداء دوره على مسرح الحياة (النجار،148:2005).

3. الواجبات المنزلية:

وتتمثل في تنفيذ العميل لبعض الواجبات خارج غطاء الجلسة بما يساعده من تأكيد التحسينات السلوكية التي يكون الفرد قد حققها أثناء الجلسة الإرشادية، كما أنها تفيد في نقل التغيرات الإيجابية إلى واقع الحياة والممارسة العملية، ويجب أن تكون الواجبات المنزلية مرتبطة ارتباط دقيق الصلة بالهدف الإرشادي الذي ننشده في عملنا مع الفرد الذي يعاني من المشكلات والمشكلات السلوكية (السواط،36:2010).

4. التحصين ضد التوتر:

يستخدم هذا الإجراء في مساعدة الأفراد الذين لديهم ردود فعل ناتجة عن الخوف المرضي للسيطرة على القلق في المواقف الضاغطة، وقد وصف هذا الأسلوب بأنه يقدم الحماية السيكولوجية بطريقة تشبه التلقيح الطبي، فهي تعطي الفرد مجموعة من المهارات للتكيف مع الحالات المستقبلية. ويتكون التحصين ضد التوتر من ثلاثة مكونات هي :تثقيف الفرد حول طبيعة ردود الفعل الناتجة عن التوتر، وتدريب الفرد على مهارات التكيف الجسدية والمعرفية، ومساعدته على تطبيق هذه المهارات عند التعرض للتوتر (الشربيني،2005:536).

5. التخيل الانفعالي:

ينطلق هذا الأسلوب من المبدأ بأنه إذا استطاع الفرد التحكم بمخيلته، فإنه يستطيع التحكُّم بالاضطراب لديه، ويعتمد نجاح هذا الأسلوب على قابلية الفرد للإيحاء، ويعمل هذا الأسلوب على استثارة ذاكرة الفرد الانفعالية والنمذجة لمواقف يطمح الإرشاد للوصول لها (السواط،2010:36).

6. فنية التعريض:

هي مكون رئيسي في العلاج المعرفي السلوكي لاضطرابات القلق، وهي تتضمن تعريض الفرد للموقف أو المواقف التي تسبب له القلق، فقد وجد الباحثون في هذا المجال أن التعريض المستمر على المثيرات التي تسبب القلق ينتج عنه تشتت استجابة القلق لدى الفرد الذي يعاني من القلق، فالتعريض له عدة أشكال يتخذها منها: التعريض التخيلي، والتعريض المتدرج، والتعريض في الواقع، وهذا النوع من التعريض يكون بدون تدرج،ولابد من توفر شروط لهذا النوع من التعريض من أهمها موافقة المسترشد، كما يوجد أنواع أخرى من التعريض منها التعريض بمساعدة المرشد للموقف الذي يسبب القلق بطريقة مباشرة (الغامدي1429هـ :117).

من خلال العرض السابق للعلاج المعرفي السلوكي نستطيع القول بأن هذا الأسلوب عبارة عن مظلة تنطوي على العديد من أنواع الإرشادات التي تتشابه في جوهرها، وتختلف في مدى تأكيدها على أنواع معينة من الفنيات، ويقوم هذا الأسلوب الإرشادي أيضاً على إعادة تشكيل البنية المعرفية للمسترشد من خلال مجموعة من المبادئ والإجراءات التي تقوم على العوامل المعرفية التي تؤثر في السلوك وبذلك نجد أن هذا الأسلوب الإرشادي منطقي وعملي في علاج المشكلات النفسية ، كما أن الإرشاد المعرفي السلوكي هو نوع من أنواع الإرشاد النفسي الذي يهتم بحل

المشكلات، ويتم فيه تعلم مهارات محددة يتم استخدامها في بقية الحياة وتهتم هذه المهارات بإبراز التفكير المشوه وتعديل الاعتقادات الخاطئة، والتعامل مع الآخرين بطرق جديدة، وتعديل السلوك الغير مرغوب فيه.

المبحث الثاني: الأفكار اللاعقلانية Irrational Ideas

مقدمة:

إن الإنسان هو الكائن الوحيد الذي حباه الله سبحانه وتعالى بنعمة التفكير بالرموز أو التفكير المجرد ، وقد ساعده هذا اللون من التفكير على تفهم التراث الماضي وكل ما حصَّله الإنسان على مر التاريخ الماضي كله ، وبفضل هذا التفكير استطاع الإنسان أن يكون خليفة عن الله وأن يستحق نعمة الإسلام والإيمان ويدرك المعاني المجردة عن الحق والواجب والعدل والرحمة ، وتصدر له التكليفات الربانية المقدسة وإقامة لدين الله في الأرض ،و بفضل التفكير استطاع الإنسان أن يتصور غايات أعماله وأهدافها ويختار الوسائل القادرة على تحقيقها، و استطاع الإنسان بفضل نعمة التفكير توفير الكثير من الوقت والجهد وتجنب الأخطار والمزالق .

ويرى(سعد،1994: 119) أن أفكار الفرد ومعارفه تلعب دوراً أساسياً في تشكيل سلوكه وبناء شخصيته ، حيث يجب الاعتماد على العقل في تقرير الحقيقة ، فهو المصدر الوحيد الموثوق به ، وهو الوحيد الذي يجعل الفرد قادراً على فهم ذاته وفهم الواقع الذي يعيش فيه .

في حين ترى (دردير ،2010:12) أنه ربما يكون الفرد مقتنعاً بهذه الأفكار، أو غير مقتنعاً بها، أو تكون هذه الأفكار منطقية أو غير منطقية –والتي تتدخل لتسبب سعادته أو شقاءه، بمعنى أنها قد تقوده أفكاره إلى السواء النفسي والصحة النفسية، وقد تقوده إلى غيرها، وهو غير مدرك أسباب ذلك.

لقد سعى أليس"Ellis"عام (1962) إلى توضيح العلاقة بين أفكار الفرد وسلوكه، وانتهى من ذلك إلى ما يمكِن أن يسمِيه بنسق الأفكار أو نظام الأفكار حيث يشير إلى ما يتبناه الفرد من وجهات نظر وأفكار ومعتقدات عن نفسه وعن الغير من الأفراد المحيطين به ، وعمَّا يحدث في العالم من حوله ، فالإنسان إمَّا أن يكون عقلانياً ومنطقياً في تفكيره ، أو لاعقلانياً ولا منطقياً في تفكيره، وهذا النظام من الأفكار أي الأفكار اللاعقلانية واللامنطقية يولد العديد من المشكلات بالنسبة لتكيف الفرد مثل الغضب والاكتئاب ولوم الذات وعدم القدرة على تحمل الإحباطات. (مزنوق،1999:40)

ولذلك فإن الباحث سوف يقوم بعرض موضوع الأفكار اللاعقلانية بشيء من التفصيل.

مفهوم الأفكار اللاعقلانية:

يعرف أليس "Ellis" الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية التي تتميز بالمبالغة والتهويل في تفسيرها للحدث و التي تعيق الفرد في حياته اليومية وتسبب له اضطراباً نفسياً.
(الشربيني،540:2005)

كما يعرف باترسون"Petterson,1980" الأفكار اللاعقلانية بأنها هي المفاهيم والمعتقدات التي يتبناها الفرد عن الأحداث والظروف الخارجية ،والتي ترجع نشأتها إلى التَّعلم المبكر غير المنطقي (شوبو،6:1995).

كما أشارت (الصبَّاح و الحموز،289:2007) إلى أن الأفكار اللاعقلانيةهي عبارة عن مجموعة من الأفكار والمعتقدات التي لا تتفق مع الواقع الفعلي للأمور ،وتعتبر غير موضوعية، تتميز بتعظيم الأمور المرتبطة بالذات وبالآخرين، وتسعى إلى ما لا تستطيع الوصول إليه والتصرف بموجب ما تحمله هذه الذات من قيم ومعتقدات؛ مما يجعلها تتحكم في أقدارها.

و يرى (السمالُّوطي،91:1984) أن الأفكار اللاعقلانية هي خلل يصيب تفكير المريض ، بحيث يخرج عن تفكير الشخص العادي والتفكير السليم والمألوف ، وقد يكون الاضطراب واحداً أو أكثر، ويكون الاضطراب مصحوباً بالتوهمات و الهلاوس، وقد يأخذ شكل اضطراب التعبير عن التفكير ومجراه والتحكم فيه ومحتواه ،أو شكل نضوب الأفكار ومضمونها، ويكون الاضطراب مصحوباً بالانسحاب الاجتماعي وتسطح التفكير (التفكير السطحي) والخمول والبلادة وفقدان المتعة وغياب الانفعال، ولابد من ظهور الأعراض لمدة لا تقل عن عدة أشهر مع الأخذ بالفروق الفردية بين الأفراد.

كما تعرف الأفكار اللاعقلانية بأنها هي مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية والتي تتصف بعدم الموضوعية وتعتمد على توقعات وتنبؤات وتعميمات خاطئة، ومن خصائصها أنها تعتمد على الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق مع الإمكانات العقلية للفرد.
(عبد الرحمن و عبد الله،424:1994)

كما أشار بريمافيرا "Primavera" إلى أن الأفكار اللاعقلانية هي أفكار مطلقة و متطرفة من قبل الفرد فيما يتعلق بنفسه من جهة و من الآخرين من جهة أخرى (شحاتة ،27:2006).

و يعرف (أحمد،50:1993) الأفكار اللاعقلانية بأنها كل العوامل المعرفية السلبية التي يتبناها الفرد عند التعامل مع الآخرين أو المواقف الاجتماعية ، أو حتى عند تقدير الفرد لذاته، كما أنها التوقعات غير الواقعية، و التفسيرات غير الصحيحة للأحداث، حديث الذات السالب و المعتقدات الخاطئة و التقديرات المترتبة للذات ، و ابتغاء الكمال في الآداء الاجتماعي.

و يعرف (غنيم ،182:2002) الأفكار اللاعقلانية بأنها الأفكار غير المنطقية و غير الواقعية التي تتميز بعدم موضوعيتها ، وتكون على درجة عالية من المبالغة في تقدير الفرد لكفاءته و النظرة السلبية للآخرين ، والقلق الزائد على الذات و على مشاكل الآخرين ،مع الاهتمام بتعظيم و تضخيم الأمور نتيجة التكوين المعرفي للفرد و تفسيره للأحداث بما لا يتفق مع إمكانات الفرد الفعلية.

كما يعرف (أحمان،78:2005)الأفكار اللاعقلانية بأنها مجموعة من الأفكار الخاطئة التي يتبناها الفرد ، والتي تمتاز بالثبات و الديمومة النسبيين ، هذا فضلاً عن أنها تقترن بذاتية الفرد ، وهي غالباً ما تكون ناتجة عن أسباب التفكير الخاطئة ، و تعتبر هذه الأفكار اللاعقلانية إحدى المصادر المسئولة عن الاضطرابات النفسية.

في حين يعرف (العويضة،114:2009) الأفكار اللاعقلانية بأنها أي شيء يعيق السعادة و البقاء للأفراد.

و يعرف (الريحاني،77:1985) الأفكار اللاعقلانية بأنها رموز لفظية تشمل عبارات هادمة للذات حددها أليس"Ellis" في إحدى عشرة فكرة.

ويرى الباحث من خلال التعريفات السابقة بأن الأفكار اللاعقلانية هي أنماط من التفكير غير السوي والبعيد عن المنطق والذي يؤدِّي بصاحبه إلى سوء التكيف.

أعراض الأفكار اللاعقلانية:

يمكن تقسيم أعراض الأفكار اللاعقلانيّة إلى:

1. **أعراض مزاجية Mood symptoms:** حزين –مكتئب –غير سعيد–منخفض المعنوية – قلق –سهل الاستثارة وفقد المتعة والبهجة والرضا عن الحياة.
2. **أعراض معرفية Cognition symptoms:** فقدان الاهتمام – صعوبة التركيز – انخفاض الدافع الذاتي –الأفكار السلبية –التردد –الشعور بالذنب –الأفكار الانتحارية– الهلاوس –الأوهام – ضعف التقييم النفسي – نظرة سلبية للنفس – الشعور بفقد الأمل في المستقبل.
3. **أعراض سلوكية Behavior symptoms :** تأخر ردود الأفعال السيكوحركية أو زيادتها –البكاء –الانسحاب الاجتماعي –الاعتماد على الغير –الانتحار.

4. **أعراض بدنية physical symptoms** : اضطرابات النوم – الإرهاق –زيادة أو نقص الشهية –زيادة أو نقص الوزن –الألم – الاضطرابات المعوية –نقص الرغبة الجنسية .

(عبد الخالق،175:1996)

سمات الأفكار اللاعقلانية:

أشار دريدن(Dryden:2002:6) إلى السمات التي تتسم بها كل من الأفكار اللاعقلانية:

1. متطرفة.
2. تؤدِّي إلى الاضطراب النفسي.
3. لا تساعد على تحقيق وإنجاز الأهداف.
4. خطأ.
5. غير منطقية.

بالإضافة إلى ما سبق ذكره من سمات الأفكار اللاعقلانية ، فقد أشار ويندي"Windy " إلى أنَّها تعتمد على أربعة أفكار رئيسية وهى كالتالي:

1. **المطالبة :**

وهي تعني أن مطالب الفرد ورغباته تأخذ شكل المطالب الواجبة يجب وينبغي، وعند عدم حصوله على ما يريد فإن ذلك يسبب له الاضطراب الانفعالي، وبالتالي فتسيطر على الفرد غير العقلاني فكرة أن كل ما يريده يجب وحتماً أن يتحقق.

2. **الأفكار المرعبة:**

عندما لا تنفذ المطالب الصارمة، فإنها تجعل الفرد يشعر أن شيئاً خطيراً سيحدث، أو أنها نهاية العالم أنه لم يحصل على مطلبه الواجب، أي أن يتخيل الفرد أن عدم حصوله على مطلبه أمراً مفزعاً وشراً لا يمكن تحمله.

3. **فكرة انخفاض تحمل الإحباط:**

ويتبنى الفرد صاحب الأفكار اللاعقلانية فكرة أساسية، وهي أنه ليس لديه قدرة على تحمل الإحباط، أو أن قدرته على تحمله منخفضة.

4. فكرة انخفاض القيمة:

ويعتقد الفرد اللاعقلاني أنه منخفض القيمة، أي أنه يشعر بانعدام الثقة بالنفس.

(دردير،2010: 30)

كما أشارت (شحاتة،86:2006) إلى أن أليس "Ellis" قد ذكر عدداً من السمات المميِزة للأفكار اللاعقلانية وهي:

1. المطالبة:

أي أنه توجد علاقة بين رغبات الفرد ومطالبه المستمرة واضطرابه الانفعالي، كأن يصر على إشباع تلك المطالب وأن ينجح دائماً في عمل ما.

2. التعميم الزائد:

وهي تعني أن الفرد يعمم النتائج التي لا تعتمد على التفكير الدقيق والتي عادة ما تقوم على الملاحظة الفردية.

3. التقدير الذاتي:

وهو شكل من أشكال التعميم الزائد، فالفرد لديه المعرفة بالرؤية الذاتية للأفعال والمواقف ولكن الضغوط لها أهمية في تحديد موقف الفرد تجاه الأحداث التي تمر به ،فيلجأ لنمط التفكير الملتوي عند تقدير القيمة الشخصية، فتظهر تأثيرات سلبية لهذا التقدير منها الميل على التركيبات الخاطئة، المطالب غير الواقعية التي تتعارض مع الأداء وعلى هذا فعلى الفرد أن يعدل من فلسفته في مشكلة القيمة الشخصية من خلال تقبل الذات بدلاً من تقييم الذات.

4. الفظاعة :

من المعروف أن المطالب غير المنطقية للفرد غالباً ما يرغب في تحقيقها بشيء من الفظاعة – أي أنها تكون رغبة ملحة لديه –وهذا يؤدي إلى الانفعالية الزائدة وعدم القدرة على حل أي مشكلة بشكل عقلاني.

5. أخطاء العزو :

حيث يميل الفرد إلى أن ينسب أفعاله الخاطئة إلى آخرين؛ مما يؤثر على إدراكه للأحداث الخارجية وحالته الانفعالية وسلوكه، ومن أخطاء العزو اللوم المستمر للذات، ولوم الغير.

6. اللاتجريب :

فالأفكار اللاعقلانية ليست مستمدة من الخبرة التجريبية للفرد حيث الدقة والصدق.

7. التكرار(الترديد):

تكرار الأفكار اللاعقلانيّة باستمرار لدى الفرد بشكل لاشعوري، ويساعد على ذلك الضغوط الخارجية والداخلية له.

كما أوردت (الأشقر،91:2004) بعض الخصائص الهامة للمعتقدات اللاعقلانية وهي كالتالي:

1. أنها تتصف بالجمود والتطرف في صورة يجب المطلقة،وينشأ عنها عادة أفكاراً لاعقلانية مثل"أنه أمر فظيع يجب أن لا يحدث أبداً."
2. ينشأ عنها السخط والتذمرو العدوان والغضب من النفس والآخرين.
3. تكون دائماً في صورة الإثبات والنفي المطلقين، ولا تساعد على التفكير بالاحتمالات.
4. أنها غير منطقية ولا تتسق مع الحقيقة والواقع، كما أنها تعيق الفرد من تحقيق أهدافه ورغباته.

كما أورد (الغامدي،31:2009) بعض الخصائص الهامة للمعتقدات اللاعقلانية وهي كالتالي:

1. **السلبية** :فمثل هؤلاء الأفراد يعتقدون أن سبب تعاستهم هو ظروف خارج إرادتهم مثل الحظ وليس بمقدورهم التغلب عليه لأن الظروف أقوى منهم.
2. **الانـهزامية:** هو نمط من الشخصية تتجنب صعوبات الحياة بدلاً من مواجهتها، وتؤكد على أهمية عدم الوقوف في وجه القوي.
3. **الاتكالية:** حيث يعتمد الاتكالي على الآخرين وخاصة الأقوياء؛ لأن هذا ما يجلب له الراحة في أمور حياته.
4. **العجز:** العاجز هو من لا يستطيع التخلص من أحزان الماضي ومحو آثارها و جعلها في طي النسيان.
5. **ضيق الأفق:** الأشخاص الذين يتصفون بضيق الأفق يملكون حلولاً جاهزة ،فهناك حل نموذجي لكل مشكلة وإن لم يصلوا إلى الحل تحدث كارثة كما يعتقدون، وهذا يشير إلى ضعف الجهاز النفسي لديهم.

6. **عدم التسامح:** أي أن العقاب الصارم هو الوسيلة الوحيدة لتصحيح الأخطاء، مع عدم القدرة على نسيان الإساءة حتى وإن كان الخطأ بسيطاً.
7. **شدة الحساسية:** أي أن الأفكار السوداوية عن المخاطر التي من المحتمل أن يقعوا فيها لا تفارق مثل هؤلاء الأفراد، وأن الفشل سوف يلاحق أعمالهم.
8. **الإصرار على القبول التام** :يرى أصحاب مثل هذه الأفكار أن الآخرين يجب أن يحبوهم بشكل مطلق، ويكونوا راضين عنهم دائماً بغض النظر عما يفعلونه.

مصادر اكتساب الأفكار اللاعقلانية:

1. العوامل الوراثية:

قد أشارت بعض الدراسات إلى أن هذا الاضطراب وجد في (60%) من أفراد عائلات المرضى، وليس من الضروري أن تكون وراثة الاضطراب صادرة عن الآباء للأبناء مباشرة ، ووجد أنه إذا كان أحد الأبوين مصاباً به فإن نسبة الأطفال الذي يحتمل إصابتهم تبلغ (10%) ، ولمعرفة مدى أهمية هذا العامل الوراثي قام العلماء بدراسة نسبة الاضطراب بين التوائم المختلفة، وأن العامل الوراثي يلعب دوراً في إحداث الأفكار اللاعقلانية وتهيئة المريض واستعداداته للإصابة بهذا الاضطراب وذلك إذا اجتمعت عدة أسباب بيئية وبيولوجية ووراثية (الزيَّات،1995 :101).

2. دور العزلة الاجتماعية:

تعد العزلة الاجتماعية من الأسباب التي قد تساهم وبشكل كبير في تكوين الأفكار اللاعقلانية؛ حيث يفتقر الفرد للحكم أو للمعيار الاجتماعي على أفكاره ومعتقداته ، وبالتالي وفى كثير من الأحيان قد تتسم شخصية الفرد المنعزل اجتماعياً ببعض الجمود الذي يمنعه من تقييم أفكاره التقييم السليم وفقاً لما يتفق مع الآخرين ، وما ترتضيه الجماعة التي يحيا بها ويستمد منها الدعم (دويدار ،111:2004).

3. دور الغدد والهرمونات:

تؤكد معظم الدراسات الحديثة على وجود ترابط بين الغدد الصماء و الهرمونات ومرضى الاضطراب الإدراكي (أبو علام،123:1999)

4. دور الجهاز العصبي في إحداث الاضطراب:

إن بعض الأمراض العضوية التي تصيب الجهاز العصبي تؤدِّي إلى أعراض شبيهة بأعراض الأفكار اللاعقلانية، و إن هذه الاضطرابات التي تصيب الجهاز العصبي تؤدِّي إلى أعراض فصامية، كما أن الفصام نفسه يحتمل أن يكون سببه اضطراب فسيولوجي في الجهاز العصبي (العزة،90:2004).

5. دور العوامل الكيميائية:

من المعروف أن بعض العقاقير مثل المسكالين وكذلك عقار (L.S.D) والحشيش وعقاقير أخرى تؤدي إلى اضطرابات في التفكير والانفعال كما تؤدِّي إلى هلاوس (حمودة،157:2005).

6. الجمود الفكري:

أيضاً من الأسباب التي قد تؤدى إلى سيادة الأفكار اللاعقلانية هي اتصاف الأفراد بالجمود، وعدم الرغبة في تغيير أفكارهم ، أو استبدالها بأخرى أكثر عقلانية ، وأكثر مرونة ومنطقية ؛ فيقع الفرد أسيراً للتفكير المتصلب الجامد ، حيث يكون تفكيره مظلم يرى من خلاله جانب واحد للحياة ، ولا يرغب في أن يغيِّر فكره ، ليرى الجانب الآخر.

7. ثقافة المجتمع :

إذا ما انتشرت الأفكار اللاعقلانية في المجتمع ، فإنها سوف تفرز الأفكار اللاعقلانية للأفراد ، فتعم الأفكار اللاعقلانية المجتمع الخارجي أو البيئة ، كما هو الحال في سيادة الأفكار اللاعقلانية المتعلقة بالسحر والشعوذة ، وفى هذه الحالة يكون الفرد اللاعقلاني ضحية لبيئته ، ويندرج تحت ذلك أيضاً أن يكون الفرد في أسرة متسلطة تفرض أفكارها غير العقلانية على الفرد، فإمَّا أن يتقبلها ويصبح غير عقلاني ، أو يرفضها ويصبح مستنكراً من الأسرة ومن المجتمع. (دردير ،33:2010)

خطورة الأفكار اللاعقلانية:

تكمن خطورة الأفكار اللاعقلانية من خلال ما يأتي:

1. باعتبارها مصدراً من مصادر الاضطراب الانفعالي ،فقد أشار أليس "Ellis" إلى أن الاضطراب الانفعالي يرتبط ارتباطاً وثيقاً باعتناق الفرد لمجموعة من الأفكار غير الواقعية وغير

المنطقية ، وأن هذا الاضطراب يمكن أن يستمر ما لم يغير الفرد هذه الأفكار بل ويستبدلها بأفكار أخرى واقعية منطقية.

2. كما تكمن خطورة الأفكار اللاعقلانية باعتبارها مسئولة عن ظهور العديد من المظاهر السلوكية المرفوضة ، فقد أشار نيلسون "Nelson" إلى أن الأفكار اللاعقلانية التي يتم غرسها في نفوس الأبناء تؤدي إلى مظاهر سلوكية مرفوضة كالتعالي ، والتكبر ، واللامبالاة ، والسخرية ، والنقد الهدام ، والتمركز حول الذات ، وتهويل المواقف والأحداث البسيطة ، بالإضافة إلى بناء الاستنتاجات الخاطئة من المقدمات الخاطئة التي يؤمن بها هؤلاء الأبناء.
3. وتعتبر الأفكار اللاعقلانية مؤشرات للضغوط الحياتية الناجمة عن الطلاق أو فقدان الوظيفة أو وفاة المقربين (الأنصاري ومرسي،2007:28).

أساليب التفكير وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية:

حدد بيك "Beck" أساليب التفكير التي ينشأ عنها الأفكار اللاعقلانية في ما يلي :

1. التهويل والمبالغة؛ حيث يضفي الفرد دلالات مبالغ فيها عن الموضوعات المحايدة، أو المبالغة في إدراك جوانب القصور الذاتي والتهوين من المزايا والنجاح الشخصي.
2. التعميم ؛ بمعني تعميم خبرة سلبية منعزلة عن الذات ككل.
3. الكل أو لا شيء؛ حيث يدرك الأشياء إما سيئة تماماً أو لا شيء.
4. عزل الأشياء عن سياقها؛ بمعني الانتقاء السلبي.
5. التفسير السلبي لما هو إيجابي
6. القفز إلى الاستنتاجات؛ بمعنى إدراك أن الموقف ينطوي على تهديد وخطر وامتهان دون أن تكون هناك دلائل على ذلك.
7. قراءة المستقبل سلبياً وحتمياً.
8. التأويل الشخصي للأمور.؛فينسب لنفسه مسئولية النتائج السلبية في المواقف التي يمر بها .

(Abela, & Allesandro, 2002:114)

أمَّا (إبراهيم وآخرون،1993:76) فقد ذكر أن الأساليب المعرفية الخاطئة التي تؤدي إلي الاضطراب لدي المراهقين هي:

1. التعميم السلبي الشديد،"كل أفعالي خاطئة ".
2. أن كل ما يحدث للفرد هي كوارث ينبغي تجنبها.
3. الكل أو لا شيء، فيري الفرد أنَ هناك إما نجاح تام أو فشل ذريع.

4. قراءة أفكار الآخرين سلبياً؛ فنجد الفرد يتوقع سخرية الآخرين منه دوماً مما يجعله في حالة تحفز مستمر.
5. المقارنة؛ حيث يسرف في استخدام عبارات أنني أقل كفاءة من الآخرين، وهم أكثر قدرة مني.
6. تجريد إيجابيات الشخصية من مزاياها؛ فيقول إنني لا أستحق هذا الإطراء.
7. التفكير القائم على الاستنتاجات الانفعالية ؛ فيصبح الفرد عاجزاً عن التفاعل الاجتماعي وتنتابه المخاوف الاجتماعية.
8. تحميل الشخصية مسئوليات غير حقيقية عن الفشل.
9. الاتجاهات الكمالية المطلقة، فيقول يجب ألا يكون في عملي أية ثغرة.
10. الحتمية:يجب أن أكون محبوباً من الجميع.
11. ربط احترام الفرد لذاته والآخرين له بعوامل خارجية .

ويرى أليس "Ellis" أن الفرد يكتسب تلك الأفكار اللاعقلانية منذ الصغر حين يكون الطفل غير قادر علي التفكير بشكلٍ واضحٍ، ويستمد حقائقه من تخيله لعديد من المخاوف، ويعتمد على الآخرين لتخطيط حياته، وكذلك من موروث المحيطين به عن الخرافات والاتجاهات التعصبية التي يتعلموها مباشرة من الأسرة (Evans, 2004:119).

ويؤكد أنصار المدرسة السلوكية وجود أربعة مصادر رئيسة من القصور المعرفي يرتبط ظهورها باضطرابات نفسية لدى المراهقين والأطفال وهي:

1. نقص المعلومات، وقصور الخبرة، والسطحية في حل المشكلات.
2. أساليب التفكير وما تنطوي عليه من أخطاء كالتعميم والتَّطرف.
3. التوقعات السلبية.
4. معتقدات الفرد عن نفسه و الآخرين، والمواقف التي يتفاعل معها.

إذاً فكلٍ من أساليب التفكير الخاطئة والأفكار والمعتقدات الخاطئة ، والسلبية عن الذات ،تؤثر مباشرة في سلوك الطفل والمراهق (عبد الغفار،4:2007).

ويرى الباحث أن كلاً من أساليب التفكير الخاطئة ،والأفكار، والمعتقدات الخاطئة، والسلبية عن الذات ،تؤثر مباشرة في سلوك الطفل والمراهق.

الأفكار اللاعقلانية كما أوردها أليس"Ellis":

فيما يلي عرضاً للأفكار اللاعقلانية كما حددها أليس "Ellis" والذي يؤدَّي ظهورها أو وجودها لدى الفرد إلى إمكانية تعرضه للاضطراب النفسي وهي:

الفكرة الأولى: طلب الاستحسان Demand Of Approval:

(من الضروري أن يكون الشخص محبوباً أو مرضياً عنه من كل المحيطين به .)
وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنها:

1. هدف لا يمكن تحقيقه، وذلك لأن إرضاء الناس غاية لا تدرك.
2. إذا سعى الفرد لتحقيق هذه الغاية، فإنه سيفقد استقلاله الذاتي، ويصبح أكثر عرضة للإحباط وأقل شعوراً بالأمن.
3. من الطبيعي وجود رغبة لدى الفرد لأن يكون محبوباً، ولكن الفرد العاقل لا يضحي باهتماماته ورغباته بهدف تحقيق هذه الغاية (العنزي،98:2010).

يتضح مما سبق أن هذه الفكرة اللاعقلانية من الصعب حدوثها، فما يعجب فرد ليس بالضرورة أن يعجب الآخر، فهناك صعوبة في إرضاء جميع الأفراد، كما أن هذه الفكرة أغفلت مبدأ الفروق الفردية في القدرات.

الفكرة الثانية:ابتغاء الكمال الشخصي Personal Perfection:

(يجب على الفرد أن يكون على درجة عالية من الكفاءة والمنافسة وأن ينجز ما يمكن أن يعتبر نفسه بسببه ذا قيمة وأهمية).
وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأنها:

1. صعبة التحقيق،واندفاع الفرد لتحقيقها يؤدِّي إلى إجهاده وظهور الاضطرابات السيكوسوماتية لديه.
2. تؤدي إلى فقدان الثقة بالنفس،والشعور بكل من العجز والنقص لدى الفرد، والشعور بالخوف الدائم من الفشل ،والذي يترتب عليه حرمانه من التمتُّع بحياته (العويضة،2009: 206).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يواجه مشكلات خاصة في مجال عمله ، حيث يظل يبحث عن العمل الكامل الذي لا يحتوي على خطأ واحد ، كما أن ليس العمل الكامل هو الذي يحدد قدرات الفرد وقيمته في المجتمع .

الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات و الآخرين Blame – proneness:

(بعض الناس شرٌّ وأذى وعلى درجة عالية من الخبث والجبن والنذالة؛وهم لذلك يستحقون العقاب والتوبيخ).

وهذه الفكرة لا عقلانية ؛لأنه ليس هناك معيار مطلق للصواب والخطأ، فالأعمال الخاطئة التي ترتكب قد تعود إلى الجهل أو الاضطراب الانفعالي، وكل إنسان عرضة للخطأ ،والعقاب لا يؤدي إلى تعديل السلوك، والشخص العادي والسوي لا يلوم نفسه ولا يلوم الآخرين إذا أبدوا له عيوبه ، بل إنه يحاول أن يصحح سلوكه إذا كان خطأ (الشناوي،1994:98).

يتضح مما سبق أن هذه الفكرة لاعقلانية لأن العقاب ليس بالضرورة أن يصلح الأخطاء بل من الممكن أن يكون هذا العقاب هو السبب في زيادتها.

الفكرة الرابعة:توقع المصائب و الكوارث Catastrophizing:

(إنه لمن المصائب الفادحة أن تسير الأمور بعكس ما يتمنى الفرد).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن:

1. لا يوجد سبب يجعل الأشياء تختلف عن الواقع الذي هي عليه.
2. إن الانغماس في الحزن والضيق نادراً ما يغير الموقف ولكن الغالب أن يزيد سوءاً.
3. إذا كان من المستحيل عمل أي شيء بالنسبة للموقف، فان الشيء المنطقي الوحيد الذي يمكن عمله هو أن نتقبل هذا الموقف.
4. ليس من الضروري أن يؤدي الإحباط إلى الاضطراب الانفعالي طالما أن الفرد لم يحدد الموقف في صورة تجعل من الحصول على الرغبات أمراً ضرورياً للرضا والسعادة (كفافي،1999:321).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية سوف يصاب بالإحباط ويشعر بخيبة الأمل لأنه لن يتمكن من تحقيق ما يتمناه ، كما فيجب عليه ألا يبالغ في مشاهدة الأمور من المنظور السيئ وأن ينظر لها على المدى البعيد فمن الممكن أن تكون الأمور أحسن.

الفكرة الخامسة: اللامبالاة الانفعالية Emotional – Irresponsibility:

(المصائب والتعاسة تعود أسبابها إلى الظروف الخارجية والتي ليس للفرد تحكم فيها).

و هذه الفكرة غير عقلانية؛ لأن الظروف الخارجية وإن كانت عوامل محرضة وسيئة ليست هي السبب في التعاسة ، ولكنها تتأثر باتجاهات الفرد نحوها، وردود أفعاله نحوها هو الذي يجعلها

تبدو كذلك من خلال تضخيم وتهويل الإثارة من الخارج، إلا أنه يدرك أن من الممكن تغيير ردود أفعاله نحوها، وذلك بإعادة النظر فيها وتحديدها والتعبير لفظياً عنها (الصقهان،2005 :20).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يعتاد على الاستسلام للواقع ولا يحاول تغييره للأحسن، كما أنه بذلك يجهل معرفة قدراته.

الفكرة السادسة: القلق الناتج عن الاهتمام الزائد Anxious Over Concern:

(الأشياء الخطرة أو المخيفة هي أسباب الهم الكبير والانشغال الدائم للفكر وينبغي أن يتوقعها الفرد دائمًا وأن يكون على أهبة الاستعداد لمواجهتها والتعامل معها.)

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن الهم والقلق و انشغال البال يؤديان إلى أضرار كثيرة منها:

1. الحيلولة دون التقويم الموضوعي لإمكانية وقوع الأحداث الخطرة.
2. الحيلولة دون التعامل معها ومواجهتها بفاعلية في حالة حدوثها.
3. قد يؤدي إلى وقوعها بالفعل.
4. قد يؤدي إلى المغالاة في النتائج.
5. قد يؤدي إلى وقوعها إذا كانت لابد منها.
6. لا تحول دون وقوعها إذا كان لابد منها.
7. يؤدي إلى تضخيم الأحداث ويجعلها تبدو أكبر مما هي عليه في الحقيقة والفرد السوي يدرك أن الأخطاء ممكنة الحدوث ولا ينبغي توقعها بصورة تؤدي إلى القلق والهم والارتباك، لذلك يمنع حدوثها (باترسون،147:1980).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يكون دائماً في حالة توجس وقلق و توتر ويظل في انتظار الكارثة التي سَتحدث له وبذلك فهو يبالغ في نتائجها، فضلاً على أن التوقع لن يمنع حدوثها أصلاً.

الفكرة السابعة:تجنب المشكلات Problems Avoidance:

(الأسهل للفرد أن يتجنب بعض المسئوليات وأن يتحاشى مواجهة الصعوبات بدلاً من مواجهتها .)

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن تجنب الواجبات والمسئوليات أكثر صعوبةً وإيلاماً للنفس من إنجازاتها، فالهروب من المسئوليات يؤدي إلى ظهور مضاعفات أخرى ومشاعر بعدم الرضى وفقد

الثقة بالنفس، وعلى العكس فإن ممارسة الفرد المسئوليات تجنب الفرد الألم وتشعره بتحقيق ذاته ولذة الإنجاز (العنزي،82:2007).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يتجنب المشكلات والمسئوليات، مما يجعله يشعر بالدونية وعدم الثقة في ذاته، فهو ينظر للأفراد الآخرين المتحملين للمسئولية والذين يواجهون مشكلاتهم بإيجابية وفعالية وصلابة فيشعر بالخزي والعار أمام نفسه أولاً ثم أمام هؤلاء الأفراد؛ لأنه يشعر أنهم لا يحترمونه ولا يعتمدون عليه فهو يعَتبر موجودًا على هامش الحياة .

الفكرة الثامنة: الاعتمادية Dependency:

(يجب أن يعتمد الشخص على الآخرين، ويجب أن يكون هناك شخص أقوى منه لكي يعتمد عليه).

هذا الفكرة لا عقلانية ؛ لأنه بينما نعتمد جميعاً على بعضنا البعض إلى حد ما، إلا أنه ليس هناك سبب للمبالغة في الاعتماد على الآخرين؛ لأنها تضر وتؤدي إلى فقد الحرية ، كما أنها تقود إلى مزيد من الاعتمادية وإلى الفشل في التعلم وفقد الأمان؛ بسبب أنه يصبح تحت رحمة من يعتمد عليهم، والشخص العاقل هو الذي يكافح من أجل تحقيق الذات واستقلالها، و لكنه لا يرفض المساعدة، بل يبحث عنها أحياناً إذا احتاج إليها، وهو يدرك أن المجازفات على الرغم من أنها محفوفة بالفشل إلا أنها تستحق الممارسة، كما أنه يرى أن الفشل في أمر ما ليس شيئاً مدمراً (القذافي، 172:2002).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يكون غير مستقل في حياته، فهو بذلك الاعتماد سيفقد حريته ولن يحقِق ذاته، فالأفراد الذين يعتمد عليهم سيكون من حقهم التدخل في كل شئون حياته والسيطرة على أفكاره واتجاهاته وهو لن يستطيع مجادلتهم في أي شيء طالما أنه يحتاج إليهم ، وهذا ليس معناه أن الفرد لا يحتاج للآخرين مطلقاً ولكنه يحتاج إليهم في الحدود التي لا تلتغي معها شخصيته.

الفكرة التاسعة:الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضيHelplessness :

(الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها).

وهذه الفكرة لا عقلانية؛ لأن السّلوك الذي كان في وقت ما يبدو ضرورياً في ظروف معينة قد لا يكون ضرورياً في الوقت الحالي ، والحلول الماضية للمشكلات السابقة قد لا تكون ملائمة

كحلول للمشكلات الحالية، والمؤثرات الماضية قد تؤدي إلى تجنب تحديد السلوك كنوع من الهرب أو التبرير ، وعلى الرغم من صعوبة تغير ما سبق تعلمه إلا أن ذلك ليس مستحيلاً ، والشخص العاقل أو المتعقل يعترف أن الماضي جزءاً هاماً في حياتنا، ولكنه يدرك أيضاً أنه من الممكن تغيير الحاضر عن طريق تحليل نتائج الماضي وتمحيص الأفكار المكتسبة ذات التأثير الضار ودفع نفسه إلى التصرف بطريقة مختلفة في الوقت الراهن (عبد العزيز،2001:40).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتنق هذه الفكرة اللاعقلانية يظل يعيش في الماضي لا يستطيع مواكبة العصر الحالي، مع أنه من الممكن أن يجد مواقف في الوقت الحالي تشبِه مواقف الماضي ولكن الفرد لا يظل يعيش بخبرات واحدة طوال حياته فعليه أن يجد خبرات جديدة وحلولاً جديدة للمواقف حتى التي تشبه الماضي وإلا سيشعر بالانطواء والعزلة والانسحاب.

الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الآخرين Upset For People ' s Problems:

(ينبغي أن يحزن الفرد لما يصيب الآخرين من اضطرابات ومشكلات)

وهذه الفكرة لاعقلانية؛ لأن شعور الفرد بالحزن والتعاسة لمصاعب وأحزان الغير لن يساعدهم على حلها أو التغلب عليها ، كما أن ذلك سيؤدي به إلى إهمال مشاكله الخاصة والتقصيرِ في أداء واجباته ، وهذا يكون مصدراً جديداً للانزعاج (شحاتة،2006:85).

يتضح مما سبق أن هذه الفكرة اللاعقلانية لم تعد صالحة لهذا الزمان، وذلك نتيجة تعقد ظروف الحياة الراهنة وانشغال معظم الأفراد بمشاكلهم الخاصة.

الفكرة الحادية عشر:ابتغاء الحلول الكاملة Perfect Solutions:

(هناك دائمًا حل لكل مشكلة وهذا الحل يجب التوصل إليه وإلا فإن النتائج سوف تكون خطيرة) .

وهذه الفكرة لا عقلانية للأسباب التالية:

1. لا يوجد حل صحيح وكامل لأي مشكلة.
2. المخاطر المتخيلة بسبب الفشل في التوصل إلى الحل الصحيح تعتبر غير واقعية، ولكن الإصرار على وجود مثل هذا الحل قد يؤدي إلى القلق أو الخوف.
3. الإصرار على الكمال قد يؤدي إلى حلول أضعف مما يمكن أن تكون.

والعاقل هو من يحاول أن يجد حلولاً كثيرة ومتنوعة للمشكلة الواحدة ثم يختار أنسبها وأكثرها قابلية للتنفيذ معتقداً أنه لا يوجد حل كامل بصورة مطلقة (العنزي،2007:80).

يتضح مما سبق أن الفرد الذي يعتقد في هذه الفكرة اللاعقلانية سيشعر بخيبة الأمل، فهو يظل يبحث عن الحل المثالي لأي مشكلة يتعرض لها، وربما يترك كل ما لديه من أعمال في سبيل البحث عنه.

اضافات أخرى لأفكار أليسEllis" اللاعقلانية:

تمكن الريحاني (1985) من التوصل في دراسته لتطوير اختبار الأفكار العقلانية – اللاعقلانية إلى إضافة فكرتين إلى أفكار أليس"Ellis" اللاعقلانية المذكورة سابقاً وشائعة في المجتمع الأردني وهما:

1. ينبغي أن يتسم الشخص بالرسمية والجدية في التعامل مع الآخرين حتى يكون له قيمة أو مكانة محترمة بين الناس.
2. لا شك في أن مكانة الرجل هي الأهم فيما يتعلق بعلاقته مع المرأة (الريحاني،81:1985).

كما أضاف(مزنوق،81:1996)إلى أفكار أليس"Ellis" اللاعقلانية أربعة أفكار لا عقلانيّة هي :

1. الأمور السيئة في الوقت الراهن لا أمل في تحسنها مستقبلاً .
2. لابد من أن يعرف الفرد مقدار حب الآخرين له قبل مبادلتهم حبه.
3. يجب ألا يختلط الذكور والإناث لأن ذلك يسبب الكثير من المشكلات.
4. يتعين اقتصار دور المرأة على القيام بواجباتها المنزلية فقط.

كما أضاف(Berger :1982:25) إلى أفكار أليس" Ellis" اللاعقلانية، خمسة أفكارٍ لاعقلانية وهي :

1. **الكفاءة المطلقة:** الطالب يجب أن يتمكن من النجاح في أي تخصص في الجامعة إذا أراد ذلك وبذل فيه جهدًا كافياً.
2. **المعرفة الأكاديمية الشاملة غير المحدودة :** فالطالب الكفء يجب ألا يخطئ حين يحاول القيام بعملٍ ما.
3. **النجاح المطلق:** فالفشل أمر سيئ جداً ينعكس سلبياً على الشخص الذي يفشل بغض النظر عن صعوبة المهمة التي يؤديها ، فلا مجال أبداً للفشل.
4. **المعرفة المهنية الشاملة غير المحدودة:** فالطالب يجب أن يعرف الخيارات المهنية المناسبة له.
5. **الحب المطلق:** فالشخص الذي يحب يقبل على غيره في العلاقات العاطفية ولا يرفض.

كما أضاف (محمود،15:1999) إلى أفكار أليس "Ellis "اللاعقلانية فكرةً واحدةً فقط وهي :

(ينبغي أن يتسم الفرد بالاستقامة في التعامل مع الناس حتى تكون له قيمة ودور مؤثِر.)

ويتفق الباحث مع رأي (شحاتة،2006: 77) في أن الفكرة اللاعقلانية التي أضافها مزنوق التي ترى أن الأمور السيئة في الوقت الراهن لا أمل في تحسنها مستقبلاً مشتقة من فكرة أليس" Ellis" اللاعقلانية (الشعور بالعجز وأهمية خبرات الماضي)، فالفكرتان تبعثان في نفس الفرد الإحساس بالتشاؤم واليأس من المستقبل ، فالأشياء السيئة في الماضي ستكون أيضاً سيئة في الحاضر والمستقبل ، كما أن الفكرتين اللاعقلانيتين الثالثة والرابعة لمزنوق متشابهتان في المعنى ؛ فهما يؤكدان على أن المرأة ليس لها دوراً في المجتمع، وأن الرجل هو الذي له كل الحقوق أما هي فمَنبع المشكلات ،كما أن الفكرتين اللاعقلانيتين لبيرجر "Berger" الأولى(الكفاءة المطلقة) ، الثانية(المعرفة الأكاديمية الشاملة غير المحدودة) تشبهان فكرة أليس"Ellis" اللاعقلانية (ابتغاء الكمال الشخصي)في المعنى ، كما أن الفكرة اللاعقلانية الثالثة لبيرجر"Berger"(النجاح المطلق) تشبه فكرة أليس "Ellis " اللاعقلانية (توقع الكوارث) في المعنى، كما أن الفكرة اللاعقلانية الخامسة لبيرجر "Berger" (الحب المطلق) تشبه الفكرة اللاعقلانية الثانية لمزنوق (لابد من أن يعرف الفرد مقدار حب الآخرين له قبل مبادلتهم حبه) ،كما أن فكرة محمود اللاعقلانية التي أضافها تشبه فكرة (الجدية والرسمية)في المعنى.

التصنيفات الفرعية لأفكار أليس"Ellis" اللاعقلانية:

صنف برنارد وكرونان (Bernard & Cronan, 1999:122) الأفكار اللاعقلانية إلى أربعة مجالاتٍ رئيسية هي:

1. تحفيز الذات.
2. عدم التسامح تجاه القوانين المحبطة.
3. عدم التسامح مع احباطات العمل.
4. المطالبة بالعدالة.

كما وصف أليس "Ellis " المعتقدات اللاعقلانية السابقة على أنها اشتقاقات من معتقداتٍ وجوبيةٍ ثلاثة هي:

1. يجب أن أنجز المهمات الأساسية بشكلٍ كاملٍ دون خطأ، وأن أحظى بالاستحسان وإلا سيكون الأمر مرعباً، وسأكون شخصاً لا قيمة له.

2. يجب أن يعاملني الآخرون بلطفٍ وأن يراعوا مشاعري ويحترموني ، وأن يقوموا بذلك فيجب أن يدينهم المجتمع ويلومهم بشدة وأن يعاقبهم لعدم مراعاتهم لي.
3. يجب أن تكون حياتي مريحة خالية من الصعوبات، وأن أحصل على كل ما أريد.

(محمد،1999:31)

وقد أورد أليس "Ellis" تصنيفاً آخر للأفكار اللاعقلانية تضمن أربعة محاورٍ رئيسيةٍ وهي:

1. طلب شيء ما غير واقعي من العالم أو الآخرين أو من نفسك.
2. المبالغة والتهويل في الأشياء التي تكرهها.
3. عدم القدرة على تحمل الأشياء التي تكرهها.
4. إدانة العالم و الآخرين و نفسك.

كما أورد والين وآخرون (Wallen & Others, 1992) تصنيفاً شبيهاً لتصنيف أليس "Ellis" للأفكار اللاعقلانية صنفها إلى أربعة مجالاتٍ رئيسية هي:

1. المطالبة غير الواقعية.
2. المبالغة في البغض.
3. التحمل المنخفض للإحباط.
4. التَّقدير المنخفض للعالم والذَّات (العويضة،2009:201).

ثالثا: نظرية العلاج العقلاني الانفعالي

Rational Emotive Behavior Therapy (R. E. B. T) (Albert Ellis)

تعتبر هذه النظرية طريقة متكاملة للعلاج والتعلم وهي تستند إلى أرضية نظرية معرفية إدراكية ، انفعالية، سلوكية وهي تؤيد العلاج النفسي الإنساني والتعليمي وهي تتكون من نظرية الشخصية التي هي نظام فلسفي وطريقة علاجية نفسية.

وأن أحد أسس العلاج العقلاني العاطفي هو أن مشاكل الإنسان تنتج من طريقة تفكير الإنسان ومعالجته لهذه الأحداث الخارجية ، ويرى أليس "Ellis" أن نظام الأفكار اللاعقلانية هو الهدف الأساس التي تسعى لإزالتها والتخلص منها، فالمعالج النفسي يعلم العميل كيف يبدل الأفكار اللاعقلانية بأخرى عقلانية (الزيود، 1998:248).

يمثل العلاج العقلاني الانفعالي نظرية في الشخصية و أسلوب في العلاج النفسي ،الذي وضعه و أسسه و طوره عالم النفس الأمريكي ألبرت إليس (Albert Ellis)،حيث كانت بداية ممارسته للعلاج النفسي عام (1943) من خلال التعامل مباشرة مع مشكلات المرضى ، و استطاع مساعدتهم في التغلب على مشكلاتهم في عددٍ قليلٍ من الجلسات ، و لاحظ أن العلاج النشط يعطي ثماره ، غير أنه بحث عن علاجٍ أكثر عمقاً ، فاتجه إلى التحليل النفسي ، وبعد ممارسته له اتضح له أنه غير مجدٍ ،وفي الفترة (1935− 1955) درس أليس "Ellis" عدداً كبيراً من الأساليب العلاجية ،ثم توصل عام (1955) إلى ما أسماه العلاج العقلاني Rational Therapy (R. T)، و كان أليس "Ellis" يرى منذ البداية أن الأفكار و الانفعالات و السلوك هي عمليات نفسية مترابطة و متفاعلة و متداخلة ، و أن أسلوب العلاج يهتم بجميع هذه النواحي ،لكنه تعرض لنقدٍ شديد نتيجة ما أوحى به هذا الاسم من إهمال للسلوك و الانفعال ، وفي عام (1961) بادر إلى تغيير اسم العلاج إلى العلاج العقلي الانفعالي إلى Therapy Rational Emotive (R. E. T)،وفي عام(1993) غير اسم العلاج إلى Rational Emotive Behavior Therapy (R. E. B.T)، و على الرغم من هذه التعديلات في الاسم إلا أن البنية لهذا الأسلوب لم تتغير منذ البداية.

(الجلبي و اليحيا ،1416 هـ:9)

وفي صياغته الأولى لنظرية العلاج العقلاني الانفعالي وضع أليس "Ellis" ثلاثة فروض أساسية لفهم هذه الطريقة هي:

1. أن التفكير و الانفعال بينهما صلة وثيقة.
2. درجة الصلة بين التفكير و الانفعال قوية، بحيث أن كلاهما يرافق الثاني، و أنهما يتبادلان التأثير على بعضهما البعض، وفي بعض الأحيان فإنهما يكونان نفس الشيء.
3. أن كلاً منهما يكون في صورة حديث ذاتي أو عبارات داخلية، وأن هذه العبارات التي يقولها الناس لأنفسهم تصبح هي نفسها أفكارهم و انفعالاتهم، و بالتالي فإن العبارات الداخلية التي يقولها الناس لأنفسهم تصبح قادرة على توليد و تعديل الانفعالات (الشناوي،389:1996).

نظرية ABC (A. B. C Model):

قدم أليس"Ellis" نموذجهA.B.C والذي يوضح العلاقة بين الأحداث المثيرة ، والأفكار اللاعقلانية والاضطراب الانفعالي، وهو يفسر الاضطراب لدى الأفراد عندما يخبرون أحداثاً منشطة Activating events غير مرغوبة، ويليها معتقداتBeliefs إما عقلانية أو غير عقلانية عن تلك المثيرات ، ثم يصيغون بمعتقداتهم نتائج Consequences انفعالية سلوكية ، إما أن تكون مناسبة أو غير مناسبة ، وذلك وفقاً للمعتقدات إن كانت عقلانية أو غير عقلانية ويعتمد النموذج على جانبين يكمل كل منهما الآخر:

الجانب الأول :A.B.C: (Activating – Beliefs- Consequences)

وهو بمثابة الجانب التشخيصي ، وهو يوضح العوامل الأساسية ، التي تؤدي إلى نشأة الاضطراب الانفعالي

الجانب الثاني:D.E.F: (Disputing- Enactment- Feed Back)

وهو الجانب العلاجي ، و من خلاله يتم توضيح ومناقشة العلاقات بين الأحداث المثيرة والأفكار اللاعقلانية ، ومهاجمة تلك الأفكار الهدامة التي يتبناها العميل ، واستبدالها بأخرى أكثر منطقية ، ومحاولة إكساب العميل طرق التفكير السليمة التي من خلالها يستطيع دحض Dispute وتقييم أفكاره سواء السابقة تجاه الأحداث التي سببت له الاضطراب الانفعالي، أو طريقة تفكيره تجاه الأحداث المثيرة التي ستواجهه (دردير،27:2010).

وفيما يلي عرضاً للنقاط التفصيلية التي يعتمد عليها النموذج:

1. أحداث نشطة (A) Activating events:

وهى الخبرة أو الأحداث النشطة المثير للفرد ، والتي تسبب له الاضطراب الانفعالي.

2. المعتقدات (B) Beliefs:

وهى الاعتقادات أو الأفكار عن الحدث (**A**) وقد تظهر في صورة أفكار، أو حديث داخلي يردده الفرد كتقييم خاطئ للحدث ، أو تفسير محرف ومشوه وخاطئ للحدث المثير للضغط.

3. النتائج (C) Consequences:

وهى بمثابة النتيجة أو العواقب، والتي يظن العميل أنها ناتجة عن الحدث (**A**) ولكنها في الحقيقة ناتجة عن (**B**) ،وقد تكون هذه النتيجة انفعالية أو سلوكية، وقد تظهر في صورة شعور بالتعاسة والبؤس، أو اضطراب انفعالي.

4. المناقشة أو الدحض (D)Disputing :

وهى خطوة المناقشة، حيث يقوم المعالج بتفنيد ومناقشة أفكار العميل؛ لمساعدته على إدراك العلاقة بين C و B وتغلبه على معتقداته غير العقلانية، واستبدالها بأخرى بمثابة الخطوة التالية.

5. التنفيذ Enactment (E):

وهى خطوة التنفيذ، وبعد أن يناقش المعالج العميل في الخطوة السابقة؛ تأتى مرحلة إكساب العميل لفلسفة جديدة؛ ليفكر بها بطريقة عقلانية وبناءة، لا تؤدِّى به إلى الاضطراب الانفعالي.

6. التغذية الراجعة (F)FeedBack :

وهى العائد أو التغذية الراجعة للحدث النشط المثير للضغط، وهنا يساعد المعالج العميل أن يكون موضوعيًا في أفكاره ونتائجه التي يتوصل إليها (Colledge, 2002: 230-233).

أسس العلاج العقلاني الانفعالي:

يستند الإرشاد والعلاج العقلاني الانفعالي على مجموعة من الأسس والمسلمات المتعلقة بطبيعة الإنسان وتفسير سلوكه ومصدر اضطرابه وهي:

1. البشر يولدون ولديهم استعداد أن يكونوا عقلانيين ومحققين لذواتهم ، أو أن يكونوا غير منطقيين في سلوكهم قاهرين لأنفسهم.
2. الإنسان قد يكون عقلانياً ولا عقلانياً أحياناً، وحين يفكر ويسلك بطريقة عقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة.
3. التفكير وأسلوبه وأنواعه هو محصلة تفاعل بين متغيرات عدة مثل :ماضي الفرد، وخبراته السابقة، وقدراته على التعليم، ومستوى ثقافته، ومستوى تعليمه، وتنشئته الاجتماعية، والعوامل الثقافية والحضارية، وتأثير البيئة المحيطة به.
4. الاضطراب الانفعالي والسلوك العصابي ينتج من التفكير اللاعقلاني ، فالعصابي شخص أفكاره لا عقلانية ، عاجز انفعالياً ، سلوكه مدمر لذاته.
5. الإنسان يعبر عن فكره برموز لغوية، والفكر والانفعال يتضمنان الحديث مع الذات في شكل جمل ، فإذا كان الفكر مضطرباً صاحبه انفعال مضطرب وينتج عنه سلوك مضطرب كذلك.
6. تفكير الإنسان واتجاهاته نحو الأحداث هو الذي يجعل مدركاته حسنة أو رديئة، نافعة أو ضارة، أو مطمئنة أو مهددة .فالتفكير الخطأ يؤدي إلى انفعال خطأ، والعكس صحيح.

7. التعصب والتحيز والتزمت والتطرف والجمود والتصلب والاعتقاد في الخرافات يؤثر في التفكير ومن ثم على الانفعال المصاحب له.
8. الحدث المنشط للأفكار اللاعقلانية قد ينتهي وتبقى الأفكار والانفعالات المدمرة للذات كما هي.
9. الأفكار اللاعقلانيَّة التي تسبب الانفعالات السالبة ينبغي مناقشتها ومهاجمتها وتعديلها بإعادة تنظيم الإدراك منطقياً و عقلياً (إسماعيل، 2008:29-30).

أهداف العلاج العقلاني الانفعالي:

يرى (الصقهان، 2005:17)أن الهدف الكلي من العلاج العقلاني الانفعالي هو تقليل نزعة هزيمة النفس عند العميل والوصول إلى فلسفة حياتية أكثر واقعية وهناك هدفان أساسيان هما:

1. تقليل قلق العميل(أي لوم نفسه) وعدوانيته (لوم العميل للآخرين والعالم) .
2. تعليم العميل طريقة لمراقبة نفسه وملاحظتها وتقديرها، والتأكيد لنفسه أن تحسن حالته سوف يستمر، وبهذا فإن الهدف الرئيسي من مشورة المرشد النفسي هو تعليم العميل كيف يتحرى ويناقش أفكاره اللاعقلانية.
3. وهناك هدف آخر مهم على المدى البعيد هو مساعدة العميل كي يصبح منخرطاً في نشاطات تستغرق وقته ومشاعره.

كما حدد أليس "Ellis" عدداً من أهداف العلاج العقلاني الانفعالي وهي تمثل إشباعات لعدد من الحاجات وتلك الأهداف هي:

1. الاهتمام بالذات Self-Interest
2. توجيه الذات Self- Directive
3. التحمل Tolerance
4. تقبل المجهول(الغامض) Acceptance of Uncertainty
5. المرونة Flexibility
6. التفكير العلمي Scientific Thinking
7. الالتزام Commitment
8. تقبل المخاطر Risk-Acceptance
9. تقبل الذاتSelf-Acceptance (محمد،1411 هـ:17).

ويشير (مليكة،18:1990) إلى أن العلاج العقلاني الانفعالي يهدف إلى إكساب العميل القدرة على فهم ثلاثة مراحل وهي:

1. فهم ارتباط الشخصية الهازمة لذاتها بأسباب سابقة في المعتقدات الشخص وليس في إطار أحداث منشطة حاضرة أو في الماضي.
2. أن يفهم المريض أنه بالرغم من أنه كان في الماضي مضطرب انفعالياً إلا أنه مضطرب الآن أيضاَ لأنه لا يزال يفرض على نفسه نفس النوع من المعتقدات الخاطئة، وأنه لا يزال يدعمها في الحاضر عن طريق تفكيره المختلط وأفعاله اللاعقلانية.
3. اعتراف العميل بوضوحٍ تام أنه نظراً لأن نزعته لاستمرار فرضه هذه المعتقدات والعادات وهي التي تبقى على تفكيره اللاعقلاني، فإنه يصحح هذه المعتقدات، و الاستمرار في تصحيحها يتطلب عملاً صعباُ و مراناُ جاداً مستمراً.

دور المعالج في العلاج العقلاني الانفعالي:

ينحصر عمل المعالج في مساعدة العميل على التخلص من الأفكار والاتجاهات غير المعقولة واستبدالها بأفكار واتجاهات معقولة .وتأخذ العملية الخطوات التالية:

1. يثبت للعميل أنه غير منطقي ثم مساعدته لفهم لماذا هو غير منطقي.
2. توضيح العلاقة بين الأفكار غير المنطقية والاضطرابات.
3. جعل العميل يغير تفكيره، والعلاج العقلاني الانفعالي يدرك أن التفكير غير المنطقي يعتبر طبعاً من طباع العميل الثابتة التي يمكنه التخلص منها أو تغييرها معتمداً على نفسه.
4. يذهب العلاج العقلاني الانفعالي أبعد من مجرد التعامل مع مجموعة معينة من الأفكار غير المنطقية إلى التعامل مع الأفكار الأكثر عمومية ومع فلسفة العميل ونظرته إلى الحياة، وبذلك تعده لتجنب الوقوع ضحية لأفكاره الغير العقلانية، وبالتالي يكتسب العميل فلسفة عقلانية عن الحياة ويستبدل الأفكار الغير عقلانية بأخرى عقلانية، وعندما يحقق ذلك فإنه يتخلص من الانفعالات السلبية ومن السلوك المهدد للذات المبني على الانفعالات (Patterson , 1980: 186).

خطوات العلاج العقلاني الانفعالي:

إن هناك مجموعة خطوات العلاج العقلاني الانفعالي جاءت كالتالي:

1. الإقناع اللفظي والذي يهدف على إقناع العميل بمنطق العلاج العقلاني.

2. التعرف على الأفكار غير العقلانية لدى العميل من خلال مراقبة العميل لذاته وتزويد المعالج بردود أفعاله.
3. تحديات مباشرة للأفكار غير العقلانية مع إعادة تفسير العقلانية.
4. تكرار المقولات الذاتية بحيث تحل محل التفسيرات غير العقلانية.
5. واجبات سلوكية معدة لتكوين الاستجابات العقلانية لتحل محل غير العقلانية والتي كانت السبب في الاضطراب النفسي.

والمعالج في طريقة العلاج العقلاني الانفعالي هو معالج نشط عليه عبء كبير في مساعدة العميل على التعرف على الأفكار غير العقلانية الكامنة وراء انفعالاته الكدرة وعلى اقتناعه بالأفكار العقلانية التي تحل محلها وكذلك في مساعدته على تغيير سلوكه من خلال إعطائه واجبات منزلية. (الشناوي و عبد الرحمن،1998:219)

فنيات العلاج العقلاني الانفعالي:

تقوم دعائم نظرية أليس "Ellis" في الإرشاد والعلاج العقلاني على تأثير الأفكار في الانفعالات والسلوك، ويهدف إلى إقناع المسترشد بأن معتقداته غير منطقية، وأن توقعاته وأفكاره السلبية وعباراته الذاتية إنما تؤدي إلى سوء التكيف الذي يعيشه المسترشد، وتعرضه إلى الضغوط النفسية و الاضطرابات، وتقلل من تقديره الايجابي لذاته ، ويهدف الإرشاد إلى تعديل الإدراك المشوه لدى المسترشد، وإبداله بطرق أخرى للتفكير أكثر ملاءمة، مما يؤدي إلى إحداث تغيرات معرفية وسلوكية وانفعالية لديه. (إبراهيم،1992:69)

ويمكن للمعالج أن يستخدم الأساليب التالية:

1. **أسلوب لعب الأدوار**: حيث يستخدم ليبين للعميل أن أفكاره غير صحيحة ،وكيف تؤثر هذه الأفكار في علاقاته مع الآخرين.
2. **النمذجة**: و يستخدم هذا الأسلوب ليظهر للعميل كيف يتبنى قيماً مختلفة أكثر عقلانية.
3. **الفكاهة و الدعابة**: حيث يستخدم لتخفيف اضطراب العميل ويشعر بتفاهة أفكاره الخاطئة.
4. **التقبل غير المشروط**: حيث يظهر المعالج للعميل أنه مقبول بالرغم من سماته الحالية وأنه يمكن أن يتقبل ذاته كما يتقبله المعالج.
5. **تفنيد أفكار العميل:** بحثه على التخلي عن أفكاره الجنونية وأستبدالها بأفكار أكثر جدوى.

(الصقهان،2005: 38)

وقد صنفت ثلاثة أنماط من التفنيد على شكل استفسارات، وهي كالآتي:

أ- **التفنيد المنطقي:** ويتم ذلك من خلال التساؤلات: هل هذا المعتقد منطقي؟ وهذا المعتقد حقيقي؟ ولماذا هذه الفكرة حقيقية؟.

ب- **التفنيد العلمي:**ويتم ذلك من خلال التساؤلات :أين البرهان على صحة هذا المعتقد؟ وأين الدليل على ذلك؟ وكيف يكون هذا الأمر فظيعاً؟.

ج- **التفنيد العملي:** ويتم ذلك من خلال التساؤلات :هل يساعد هذا المعتقد على حل المشكلات الخاصة؟ ، وهل يساعد على إنجاز الأهداف وتحقيق الطموحات؟ وهل يزود الفرد بنتائج ايجابية؟.

إن تفنيد المعتقدات اللاعقلانية يقود إلى تطوير معتقدات عقلانية فعالة مثل أفضل وأرغب بدلاً من يجب وينبغي ، وعندما يدرك المسترشد المعتقدات العقلانية الفعالة ويتعلمها، فسيقوده ذلك إلى تطوير مشاعر مناسبة وجديدة كالانزعاج والضيق بدلا من الغضب والإحباط.
(شاهين وحمدي،2007: 11)

و يرى الباحث مما تقدم أن فنيات العلاج العقلاني الانفعالي تعتبر أسلوب مثالي في تغيير الأفكار والمعتقدات غير العقلانية وغير المنطقية وإبدالها بأخرى عقلانية ومنطقية تتلاءم مع مسلمات الحياة وتتفق مع القيم والمبادئ الاجتماعية، كما تحصن المريض ضد الأفكار غير العقلانية التي قد تعترضه في حياته مستقبلاً، بينما يرى الباحث أن من عيوب فنيات العلاج العقلاني الانفعالي اهتمامها بالجانب العقلي وإهمالها الجانب الانفعالي، كما أنها لا تصلح مع من يتسمون باعتقادات دينية قوية وخاطئة و الأطفال، كما تفتقر للمعيار الموضوعي فهي ترتبط بنسق تفكير المرشد الذي يحاول بدوره أن يفرضها على المسترشد ويقنعه بها.

الفصل الثالث

البحوث و الدراسات السابقة و الفروض

أولاً: بحوث و دراسات سابقة

- بحوث و دراسات تناولت القلق الاجتماعي
- بحوث و دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية
- التعليق على الدراسات السابقة

ثانياً: فروض الدراسة

الفصل الثالث

أولاً: البحوث والدراسات السابقة:

قام الباحث بعمل مسح مكتبي بكافة وسائل البحث المتاحة سواءاً الوسائل التكنولوجية أو العادية ؛سعياً وراء بناء قاعدة معرفية عن القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.

وتناول الباحث الدراسات التي عنيت بموضوع الدراسة وهي متغيرات الدراسة الحالية وهي القلق الاجتماعي، والأفكار اللاعقلانية،وتم تصنيف هذه الدراسات حسب متغيرات الدراسة، وترتيبها تصاعدياً من القديم إلى الحديث.

حيث تناول الباحث في هذا الفصل الدراسات السابقة كالتالي:

أ. دراسات تناولت القلق الاجتماعي.

ب. دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية.

أ- دراسات تناولت القلق الاجتماعي:

1. دراسة(الفخراني،2001):

هدفت الدراسة إلى تقييم العلاقة بين أفكار القلق الاجتماعي عن طريق التفكير الآلي ببعديه (سوء التوافق و مفهوم الذات السلبي) و الاستثارة و الضغوط، وتكونت عينة الدراسة من (60) مفحوصاً من مديري المدارس الحكومية (الابتدائية و المتوسطة والثانوية) ومرشدي الطلاب في هذه المدارس و العاملين في القطاعات الحكومية في مصر، وقد استخدم الباحث في دراسته: قائمة الضغط _الاستثارة(SACL) لماكاي وكوكس(Mackay &Cox,1978) ، واستخبار أفكار القلق الاجتماعي (SAT) لهارتملد (Hartman,1984)، واستخبار الأفكار الذاتية (ATQ) لهولون وكيندال (Hollon& Kendall)، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية ذات دلالة احصائية بين أفكار القلق الاجتماعي والاستثارة والضغوط و التفكير الآلي ببعديه.

2. دراسة(الكتّاني،2002):

هدفت الدراسة إلى البحث في العلاقة بين القلق الاجتماعي والعدوانية (في البيت والمدرسة)، وقد شملت عينة البحث (364)طالباً و طالبة من تلاميذ القسمين الرابع والخامس،

بمدينة الرباط بالمغرب، ينتمي أغلبها إلى الوسط الاجتماعي المنخفض– والمنخفض المتوسط ،وقد استخدمت الباحثة: مقياس القلق الاجتماعي المعدل للأطفال من إعداد (La Greca, 1993) ، و أداة تقييم الطفل لعدوانية أقرانه، و أداة تقييم الأمهات لعدوانية أطفالهن، و مقياس النية العدائية، و مقياس الترشيحات السيسيومترية، حيث أظهرت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور في القلق الاجتماعي، كما أظهرت الدراسة أن أطفال القسم الرابع أكثر ميلاً للقلق الاجتماعي مقارنةً بأطفال القسم الخامس.

3. دراسة(البنَّا،2002):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين عينتين من الطالبات المعلمات الدارسات للغة الانجليزية من نوع التعليم العام و التعليم الابتدائي في كلٍ من مخاوف الاتصال الشفهي ، وأساليب التعلم والقلق الاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (252) طالبة من طالبات الفرقة الثالثة بكلية التربية بدمنهور بجامعة الإسكندرية، والمقيدات في العام الدراسي 2000/2001، و قد استخدم الباحث في دراسته: مقياس الاتصال الشفهي(PRSA-24) لماكروسكي (Mcroskey,1984) ، ومقياس أساليب التعلم المفضَّلة لريد (Reid,1998)، ومقياس القلق الاجتماعي لجيرد (Jerid,1996) ، وأظهرت النتائج وجود فروق بين عينتي طالبات الفرقة الثالثة لغة انجليزية تعليم عام وابتدائي في القلق الاجتماعي لصالح عينة طالبات التعليم العام، كما بينت نتائج الدراسة وجود علاقة تأثير أحادية الاتجاه بين تلك المتغيرات، حيث يؤدي تفضيل أسلوب التعليم الحركي إلى خفض مخاوف الاتصال بالجمهور الشفوي ،والذي يؤثر بدوره على تفضيل أسلوب التعلم الفردي ، والذي يؤثر بدوره هو الآخر على مستوى القلق الاجتماعي .

4. دراسة(كامل،2003):

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين تقدير الذات والقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع،و تكونت عينة الدراسة من (120) طفلاً و طفلة بمدرسة الأمل الابتدائية للصم وضعاف السمع بمدينة بنها، محافظة القليوبية ، ويتراوح أعمارهم ما بين (12-9) عاماً، ولديهم فقد سمعي يتراوح ما بين (55-41) ديسيبل، ويرتدون أداة معينة، وقد استخدم الباحث في دراسته مقياس تقدير الذات للأطفال و مقياس القلق الاجتماعي للأطفال، و كلاهما من إعداد الباحث، حيث أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة ما بين تقدير الذات والقلق الاجتماعي

لدى الذكور والإناث، كذلك أيدت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين درجات الذكور والإناث على متغير القلق الاجتماعي ، وذلك لصالح الإناث.

5. دراسة(قلندر،2003):

هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل،واستخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي إعداد سلوى جمال (1997) ، و مقياس التكيف الدراسي إعداد الباحثة، وتكونت عينة الدراسة من(435) طالباً وطالبة من التخصصات (الطبية والهندسية والعلمية والإنسانية)بجامعة الموصل، وتوصلت الباحثة إلى وجود علاقة داله إحصائياً بين مستوى القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي، كما كان متوسط القلق الاجتماعي للطلبة متوسط بغض النظر عن متغير (الجنس، التخصص، موقع السكن).

6. دراسة (بدر،2005):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي مفهوم الذات في القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية ، وبلغت عينة الدراسة (113) طالبةً بالمرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية، و استخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي (Lagreca&Dandas&Wick&Show&Stone) وقام بتعريبه علي عبد السلام علي(2002)، ومقياس مفهوم الذات لبيرس وهارس (Piers-Harris Children's Self-Concept Scale,1963)،وأعده للعربية فاروق عبد الفتاح،فاتن فاروق عبد الفتاح (2000)، وأسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً بين مرتفعات ومنخفضات مفهوم الذات في القلق الاجتماعي لصالح مجموعة منخفضات مفهوم الذات، ووجود علاقة سالبة بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي ببعديه (المهارات الاجتماعية ومستوى العلاقات الاجتماعية) والدرجة الكلية للمقياس، ووجود علاقة ارتباط غير دالة بين القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي.

7. دراسة(سعيد،2005):

هدفت الدراسة إلى بناء برنامج إرشادي في توكيد الذات ، إضافةً إلى التعرف على أثر توكيد الذات في تنمية الذات للطلبة ذوي القلق الاجتماعي من طلبة كلية التربية الأساسية في الجامعة المستنصرية ، وتكونت العينة من (16) طالباً وطالبةً ممن لديهم شعوراً عالياً بالقلق الاجتماعي وفاعلية ذات منخفضة ، وقد استخدم الباحث في دراسته مقياس فاعلية الذات و مقياس

القلق الاجتماعي ، وقد تم إعدادهما من قبل الباحث ، و أسفرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط عكسي بين فاعلية الذات والقلق الاجتماعي، أي أنه كلَّما تمتع الفرد بفاعلية ذات مرتفعة انخفض الشعور بالقلق الاجتماعي وبالعكس .

8. دراسة(البناء،2006):

هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى عينة من طلبة جامعة الكويت ، وتكونت عينة الدراسة من (440) طالباً وطالبةً يمثلون غالبية كليات الجامعة، وقد استخدمت الباحثة في دراستها مقياس القلق الاجتماعي (SPAI) لتيرنر (Turnerietial,1996)، ومقياس استخبار المعارف الاجتماعية (SCQ) لويلز و ستوب و كلارك (Wales ,Stop ,Clark ,2000) ، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين (الذكور– الاناث) لصالح الاناث ، حيث كانت الإناث أكثر قلقاً من الذكور، كما بينت الدراسة وجود ارتباطات ايجابية بين استخبار المعارف الاجتماعية والقلق الاجتماعي، كما أظهر ذوي القلق الاجتماعي أفكاراً سلبية أكثر من الأفكار الإيجابية.

9. دراسة (عبد العال،2006):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي ومشاغبة الأقران في البيئة المدرسية ،وتكونت عينة الدراسة من (60) طالباً وطالبة في الصف الأول الثانوي بمدينة بنها– محافظة القليوبية– ، واستخدمت الباحثة مقياس ضحايا مشاغبة الأقران ومقياس القلق الاجتماعي وكلاهما من إعداد الباحثة، و أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات الطلبة على المقياسين، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس القلق الاجتماعي لدى الضحية لصالح الإناث.

10. دراسة بنسينك(Bensink,2006):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين استخدام الانترنت و كلٍ من نمو الهوية و القلق الاجتماعي لدى المراهقين ، و تكونت عينة الدراسة من (161) طالباً وطالبةً بالمرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين القلق الاجتماعي وادمان الانترنت، كما أشارت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً في القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

11. دراسة(العزاوي،2007):

هدفت الدراسة إلى مقارنة مستوى القلق الاجتماعي للأطفال المهجرين وأقرانهم من المستقرين في محافظة ديالى بالعراق، و شملت عينة الدراسة (30) طالباً و طالبةً من طلبة المرحلة الثانوية بعمر (18-17) سنة المهجرين و المتواجدين في مدارسهم مع اختيار عينة عشوائية مماثلة لهم من الطلاب و الطالبات المستقرين مع عوائلهم لأغراض المقارنة بعد أن تمت مكافأتهم مع أقرانهم في العمر ، وعدد أفراد الأسرة ، ووجود الأب على قيد الحياة لتصبح عينة الدراسة الكلية (60) طفلاً، واستخدم الباحث مقياس القلق الاجتماعي من إعداده ، وتوصل الباحث إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي بين الأطفال المهجرين(ذكور و إناث) والأطفال المستقرين مع عوائلهم(ذكور و إناث)،كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي بين الأطفال المهجرين (ذكور و إناث).

12. دراسة ابكنس (Epkins ,2007):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي وعدم الشعور بالطمأنينة لدى الأطفال كما يعبر عنها الطفل والوالدين، وشملت عينة الدراسة (211) طفلاً، واستخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي المعدل للأطفال لرينولدز وريتشموند (Reynolds&Richmon,1987)، واستمارة الاكتئاب للأطفال لكوفكس(Kovacs,1981)، وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر المخاوف العامة كانت أكثر ارتباطاً بظهور القلق الاجتماعي، كما اتضح أن كلاً من القلق الاجتماعي والشعور بعدم الطمأنينة كانا ذا دلالة إحصائية بمستوى الخوف والتحصيل الدراسي، والخوف من تقدير الآخرين.

13. دراسة (اليوسفي،2008):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين دافع الإنجاز الدراسي وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية في جامعة الكوفة، وبلغ حجم العينة(194) طالبةً من طالبات كلية التربية في جامعة الكوفة للعام الدراسي 2007/2008 ، و استخدم الباحث في دراسته مقياس دافع الإنجاز الدراسي إعداد آلاء الروَّاف(2003)، والآخر مقياس القلق الاجتماعي لسلوى جمال(1997)، و توصل الباحث إلى وجود علاقة ارتباطيه ايجابية ذات دلاله معنوية بين دافع

الإنجاز الدراسي والقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية، وأن مستوى القلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات كان متوسط أي ينحصر بين(66 %-22 %).

14. دراسة(بدوي،2009):

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى عمليات تجهيز المعلومات وعلاقتها بالقلق الاجتماعي و الدافعية الاجتماعية، وتكونت عينة الدراسة من (300) تلميذاً بمحافظة الجيزة ، وتتراوح أعمارهم بين (15-14) عاماً، وقد استخدمت الباحثة مقياس عمليات تجهيز المعلومات، مقياس القلق الاجتماعي، و مقياس الدافعية الاجتماعية، وجميع هذه المقاييس من إعداد الباحثة، وأظهرت نتائج الدراسة وجود تأثير دال إحصائياً للتفاعل الاجتماعي بين القلق الاجتماعي و الدافعية الاجتماعية في انتقاء الهدف، كما أظهرت وجود فروق بين التلاميذ ذوي المستوى المرتفع و المنخفض من القلق الاجتماعي في مكونات إدارة الوجدان كعملية من عمليات انتقاء الهدف لصالح التلاميذ ذوي المستوى المرتفع من القلق الاجتماعي، كما بينت نتائج الدراسة عدم وجود تأثير للتفاعل الثنائي بين الدافعية الاجتماعية و القلق الاجتماعي في كل من عملية انتقاء الهدف، ومكونات توليد الاستجابة .

15. دراسة (حميد،2009):

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر القلق الاجتماعي في رسوم الأطفال فاقدي الأب، بلغت عينة البحث من (90) طالباً وطالبةً من صفوف الرابع ثانوي بعمر (16) سنة موزعين على إعداديات في مركز محافظة ديالى وبعض الاقضية التابعة للمحافظة، للعام الدراسي 2008/2009، بواقع (45) طالباً وطالبة لديهم قلق اجتماعي وفاقدي الأب، وتم اختيار ما يقابلهم من (45) طالباً وطالبة ليس لديهم قلق اجتماعي وليسوا فاقدي الأب من مجتمع البحث،وبالتالي أصبحت العينة (90) طالباً و طالبة، و قد استخدم الباحث في دراسته مقياس القلق الاجتماعي المعد من قبل سامي العزّاوي (2007) ، كما استخدم الباحث مقياس تحليل الرسوم للمياحي (1989)، وتوصل الباحث إلى استنتاج خصائص رسوم الأطفال الذين يعانون من القلق الاجتماعي بسبب فقدان الأب، واستنتاج الخصائص الأكثر تمييزاً لرسوم الأطفال الذين لا يعانون من القلق الاجتماعي وغير فاقدي الأب .

16. دراسة (مهلة،2009):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وعلاقته بمفهوم الذات بمدينة القضارف بالسودان، و اشتملت عينة الدراسة على (240) طالباً وطالبة من المدارس الحكومية، واستخدم الباحث في دراسته مقياس القلق الاجتماعي لرضوان (2001) ، ومقياس مفهوم الذات للأطفال و المراهقين لبيرس وهارس (Piers-Harris Children's Self-Concept Scale,1963)الذي قام بتقنينه وتعريبه ليلائم البيئة الأردنية الداوود (1982)، وخلصت الدراسة إلى انتشار القلق الاجتماعي دون المتوسط بمجتمع الدراسة،كما بينت الدراسة أن القلق الاجتماعي أكبر لدى الذكور ، كما يسود القلق الاجتماعي بدرجة أكبر لدى طلبة و طالبات الصف الأول الثانوي، كما بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية عكسية بين القلق الاجتماعي و كل من متغير العمر و الدرجة الكلية لمفهوم الذات لدى طلبة و طالبات المرحلة الثانوية بمجتمع الدراسة.

17. دراسة(الخفاجي والشاوي،2009):

هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر التربية العملية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة، و قد تكونت عينة الدراسة من طلبة كلية التربية الفرقة الرابعة من جميع التخصصات من كلا الجنسين والبالغ عددهم(100) طالباً وطالبة، ممن أخذوا درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس، وقد استخدمت الباحثتان مقياس القلق الاجتماعي تطبيق (قبلي) و تطبيق (بعدي) بعد انتهاء التربية العملية ،وهو من إعداد هارون الرشيدي (2000)، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية من درجات الطلبة في الاختبارين القبلي و البعدي على مقياس القلق الاجتماعي ولصالح الاختبار البعدي ،كما بينت الدراسة انتشار القلق الاجتماعي بدرجة أكبر لدى الإناث، كما أوضحت الدراسة انتشار القلق الاجتماعي بدرجة أكبر لدى تخصص الإنسانيات من تخصص العلوم.

18. دراسة (العويضة،2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن كل من تفضيلات الاتصال الشائعة و مستويات القلق الاجتماعي و الشعور بالوحدة وكشف الذات لدى طلبة جامعة عمان الأهلية، عند عينة بلغت (400) طالب و طالبة من الجامعة، و قد استخدم الباحث مقياس تفضيلات الاتصال لريد و ريد (Reid &Reid,2003)، ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس الشعور بالوحدة ومقياس كشف

الذات، وهي من إعداد أمجد أبو جدي (2004)، و قد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين تفضيلات الاتصال وجهاً لوجه والقلق الاجتماعي ،كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائياً بين تفضيلات الاتصال باستخدام الرسائل النصية والقلق الاجتماعي.

19. دراسة (العاسمي،2010):

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين تناقض إدراك الذات وكلٍ من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة دمشق، وتكونت عينة الدراسة من (230) طالباً وطالبةً من طلاب كلية التربية والعلوم، أما الأدوات التي تم استخدامها في الدراسة فكانت: استبيان الذوات المعدل(Selves-Revised Questionaire) لهيغينز (Higgins,1985)ترجمة الباحث حيث صاغ الباحث عباراته في ضوء نظرية تناقض إدراك الذات، ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحث(2001)، وقائمة بيك للاكتئاب (Beck,1979)و نقلها للعربية الشناوي وخضر(1991)، و أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين تناقض إدراك الذات الواقعية والواجبة والقلق الاجتماعي، كما أظهرت النتائج أن مرتفعي القلق الاجتماعي أكثر تناقضاً في إدراكات الذات الواقعية(الواجبة،المثالية).

20. دراسة (النفيسة،2010) :

هدفت الدراسة إلى معرفة تأثير القلق الاجتماعي والاكتئاب على بعض العمليات المعرفية (الإدراك، التفكير ، الذاكرة)، وتكونت عينة الدراسة من (141) شخصاً ، منهم (66) مريضاً من الذين يترددون على مجمع الأمل الطبي للأمراض النفسية بالرياض لطلب المساعدة ، مقسمين إلى (35) مريضاً من الذين يعانون القلق الاجتماعي ، و(31) مريضاً يعانون من الاكتئاب البسيط ، كما شملت العينة (75) من الأسوياء تم اختيارهم بعد تطبيق اختبار الطمأنينة النفسية من جامعة الملك سعود والكلية الصحية، واستخدم الباحث في دراسته اختبار المصفوفات المتدرجة لرافن لقياس الإدراك البصري(Raven,1938)، ومقياس العمليات المعرفية لمحمد المفتي (1974) ، واختبار الذاكرة السمعية والبصرية لصلاح الدين الشريف وآخرون (2003)، واختبار الطمأنينة النفسية لفهد الدليم وآخرون (1993)، وخلصت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها وجود فروق ذات دلالة احصائية في عمليات (الإدراك–التَّفكير–الذاكرة) بين مجموعات الدراسة الثلاث(مرضى القلق الاجتماعي، مرضى الاكتئاب النفسي البسيط ، الاسوياء)، وذلك لصالح الأسوياء، كما أشارت

الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في عمليتي التفكير و الإدراك بين مرضى القلق الاجتماعي و مرضى الاكتئاب النفسي البسيط ، و أوضحت الدراسة أيضاً وجود فروق ذات دلالة احصائية في عملية الذاكرة بين مرضى القلق الاجتماعي و مرضى الاكتئاب النفسي البسيط لصالح مرضى القلق الاجتماعي .

21. دراسة (العزاوي و عبود،2010):

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات جامعة ديالى الممارسات وغير الممارسات للنشاطات الرياضية، و تكونت عينة الدراسة من (60) طالبةً من طالبات جامعة ديالى (30) ممارسات للنشاطات الرياضية و (30) غير ممارسات تم اختيارهن بطريقة عشوائية من المراحل الدراسية الأربع، واستخدم الباحث في دراسته مقياس القلق الاجتماعي لليري (Leary,1983)، والذي عرِّب من قبل (محمد عبد الرحمن و هانم المقصود ،1998)، وتوصل الباحثان إلى عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى القلق الاجتماعي بين الطالبات الممارسات وغير الممارسات للنشاطات الرياضية.

22. دراسة (الهباص،2010):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين من مستخدمي الانترنت، وتكونت عينة الدراسة من (256) طالباً وطالبة من الصف الأول بالتعليم الثانوي بمدراس طنطا ، واستخدم الباحث كلاً من مقياس التدفق الاجتماعي ومقياس القلق الاجتماعي واستمارة المقابلة الاكلينيكية وجميعها من إعداد الباحث، كما استخدم الباحث مقياس إدمان الانترنت إعداد حسام الدين عزب(2001) واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية إعداد محمد الطيب (2001)، وتوصل الجانب الوصفي من الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى المراهقين من مستخدمي الانترنت، كما أوضحت الدراسة عدم وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي تعزى إلى متغير الجنس (ذكر ،انثى)، كما أوضحت الدراسة أن استخدام الانترنت (مفرط ،عادي) يسهم في التنبؤ بالقلق الاجتماعي.

23. دراسة (العاسمي والضبع،2011):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين استراتيجيات تقديم الذات والقلق الاجتماعي، وذلك لدى طلبة جامعتي دمشق وسوهاج، وقد تكونت العينة من (300) طالبٍ وطالبة، بواقع (150) طالباً وطالبة من طلاب جامعة دمشق، و(150) طالباً وطالبة من جامعة سوهاج، تم اختيارهم من طلاب الفرقة الأولى، و قد استخدم الباحثان مقياس استراتيجيات تقديم الذات(إعداد الباحثين)، ومقياس القلق الاجتماعي إعداد العاسمي(2001)، وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين استراتيجيات تقديم الذات بأبعادها المختلفة والقلق الاجتماعي.

24. دراسة(ملحم،2012):

هدفت الدراسة إلى التَّعرف على مدى تأثير كلٍ من اضطرابات الأكل والقلق الاجتماعي والوساوس القهري وتقدير الذات في الرضا عن صورة الجسم لدى المراهقين في الأردن، وبلغ أفراد عينة الدراسة من (1032) طالباً وطالبة من طلبة الثانوية العامة في مدارس محافظتي عمان وإربد المنتظمين في الدراسة للعام 2010/2011 ، ولأجل ذلك استخدم الباحث مقاييس اضطرابات الأكل والقلق الاجتماعي والوسواس القهري وتقدير الذات و جميعها من إعداد الباحث. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن متغير القلق الاجتماعي و متغير الوسواس القهري هما المتغيران اللذان فسرا التباين على مستوى الرضا عن صورة الجسم، وأن متغيرات القلق الاجتماعي والوسواس القهري واضطرابات الأكل كان لها أثراً دالاً في مستوى الرضا عن صورة الجسم.

25. دراسة هنري وجامر و والين (Henry & Jamner & Whalen,2012):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي و تدخين السجائر لدى المراهقين ، و تكونت عينة الدراسة من (402) طالباً بالمرحلة الثانوية، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين القلق الاجتماعي و تدخين السجائر.

ب-دراسات تناولت الأفكار اللاعقلانية:

1. دراسة مولر ويوسما (Moller & Bothma ,2001):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وصورة الجسم ، و تكونت عينة الدراسة من (94) سيدةً، منهن (21) سيدةً مصابةً باضطرابات الأكل ، (38) سيدةً ارتفعت لديهن عدم الرضا عن صورة الجسم وغير مصابات باضطراب الأكل ،(35) سيدةً انخفضت لديهن عدم الرضا عن صورة الجسم، أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة إحصائية دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية واضطراب صورة الجسم، كما أظهرت الدراسة أن السيدات المصابات باضطرابات الأكل أظهرن أفكاراً لاعقلانية خاصةً بتوقع الكوارث و الإحباط وتقدير الذات السالب.

2. دراسة لوركر (Lorcher,2003):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية و القلق لدى طلاب كليات المجتمع ، و تكونت عينة الدراسة من (153) رجلاً و امرأة، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن القلق ارتبط بشكل كبير ببعض الأفكار اللاعقلانية وهي وجوب أن يكون الفرد محبوباً و مقبولاً من الجميع، و أن ماضي الفرد هو المحدد لسلوكه في الحاضر، و أنه من المريك أن تأتي الأمور على غير ما يتوقع الفرد.

3. دراسة (أحمد،2004):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار الأفكار اللاعقلانية و علاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمي مدينة تعز، وتكونت عينة الدراسة من (318) معلماً ومعلمة، واستخدم الباحث في دراسته مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى المعلمين حيث قام الباحث ببنائه، و مقياس أمة الرازق الوشلي (1996) للاحتراق النفسي لدى المعلمين حيث قام الباحث بتطويره، وتوصلت الدراسة إلى أن الأفكار اللاعقلانية موجودة ومنتشرة لدى المعلمين والمعلمات، حيث كانت متوسطات درجات المعلمين في مقياس الأفكار اللاعقلانية أعلى من الوسط النظري (الفرضي) للمقياس، كما أظهرت الدراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية بدرجة أكبر بين الذكور، كما بينت الدراسة وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية والاحتراق النفسي لدى المعلمين، كما كان هناك دوراً لمتغير الجنس على هذه العلاقة.

4. دراسة (عامر، 2005):

وهي دراسة تألفت من جانبين: وصفي وتجريبي، وهدف الجانب الوصفي من الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من التوتر والغضب والأرق لدى طلبة الجامعة، وتكونت العينة من (900) طالب وطالبة من طلاب البكالوريوس في جامعة اليرموك، طِّبق عليهم اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية لسليمان الريحاني(1985)، ومقياس التوتر إعداد رنا زواوي (1992) ومقياس الغضب لمحمد عبد الرحمن و فوقية عبد الحميد (1998)، ومقياس الأرق إعداد وليد الشطرات (1994)، و قد أظهرت نتائج الدراسة الوصفية وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من الغضب والتوتر والأرق، كما ساهمت الدراسة في تحديد الأفكار اللاعقلانية التي تسهم في تمييز الأفراد الأكثر غضباً و أرقاً وتوتراً.

5. دراسة (الشربيني،2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية وتحديد أهم مصادر اكتسابها لدى عينة من طالبات الجامعة بلغت (228) طالبةً من جامعة الإمارات العربية المتحدة، في الفئة العمرية (20-27) سنة، واستخدم الباحث مقايس الأفكار اللاعقلانية،و استبانة مصادر اكتسبها وتعلمها تحت مسمى الأفكار والمعتقدات وهما من إعداد الباحث، و توصلت الدراسة إلى أن النسبة المتوسطة لانتشار الأفكار اللاعقلانية بلغت (60.68%) ،كما شاعت الأفكار اللاعقلانية حول (الكمال الشخصي، وطلب الاستحسان، والقلق الزائد، وعدم القدرة على التحكم بالأحزان، وتوقع المصائب)، كما أظهرت النتائج أن مصادر اكتساب الأفكار اللاعقلانية هي: الأب(72.22%)، الأم (44.44%)، الصديقات (16.67%) المدرسة والجامعة (11.11%) ووسائل الاعلام (11.11%).

6. دراسة (البنوي،2005):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التسرب الدراسي والأفكار اللاعقلانية، وتكونت عينة هذه الدراسة من (300) طالبٍ منهم (150) طالباً متسرباً، و(150) طالباً منتظماً، واستخدمت الباحثة اختبار الأفكار اللاعقلانية من إعداد سليمان الريحاني(1985)، وتوصلت الدراسة إلى أن الأفكار اللاعقلانية منتشرة بين المتسربين بمتوسطات متقاربة، في حين أن متوسطات غير المتسربين كانت مشتتة، كما كانت متوسطات أداء المتسربين على مقياس الأفكار

اللاعقلانية أعلى من متوسطات غير المتسربين، كما أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس على الدرجة الكلية للاختبار.

7. دراسة (صالح،2006):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الخواف الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية وموضع الضبط الوالدي في مرحلة المراهقة المبكرة، وقد تكونت عينة الدراسة من (165) طالباً وطالبة من طلبة الصف الأول الثانوي ووالديهم بمدينة الزقازيق، وقد استخدمت الباحثة مقياس الخواف الاجتماعي من إعداد محمد سالم القرني(1413 هـ)، ومقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد عماد مخيمر(1990)،وتعديل الباحثة، ومقياس موضع الضبط الوالدي إعداد ليمان ودن (Lyman & Dunan ,1986)، ترجمة وتعريب الباحثة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الخواف الاجتماعي وبعض أبعاد الأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين والمراهقات، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المراهقين والمراهقات في الخواف الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية وموضع الضبط الوالدي (للأب والأم) تتنبئ بالخواف الاجتماعي لدى المراهقين من الجنسين.

8. دراسة (أبو شعر،2007):

هدفت الدراسة لمعرفة الأفكار اللاعقلانية لطلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات، حيث بلغ عدد أفراد العينة(412) من طلبة الجامعات في قطاع غزة وهي(الإسلامية، الأزهر، الأقصى)، وقد استخدم الباحث اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية لسليمان الريحاني (1985)، ومقياس الوعي الديني إعداد عبد الرقيب البحيري وعادل الدمرداش (1982)، وكان من أهم نتائج هذه الدراسة وجود علاقة عكسية بين الأفكار اللاعقلانية و الوعي الديني، كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق في الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغير السكن، كما أظهرت الدراسة أن الذكور لديهم أفكاراً لا عقلانية أكثر من الإناث ، وأنَّ طلبة المستوى الأول لديهم أفكاراً لا عقلانية أكثر من طلبة المستوى الرابع .

9. دراسة (محمود،2007):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الأفكار العقلانية واللاعقلانية في ضوء نظرية أليس"Ellis" ومهارات اتخاذ القرار لدى طلبة التعليم الثانوي، وتكونت عينة الدراسة من(802)

طالباً و طالبةً من بعض مدارس التعليم الثانوي العام والفني بمحافظة الإسكندرية، وتم تطبيق مقياس للأفكار العقلانية واللاعقلانية ومقياس مهارات اتخاذ القرار و كلاهما من إعداد الباحثة، كما استخدمت قائمة أيزنك للشخصية الصورة(ب)(Eysench Personality Inventory) ، تعريب وإعداد محمد فخر الإسلام وجابر عبد الحميد ،و توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في الأفكار العقلانية و الأفكار اللاعقلانية كل على حدة ترجع إلى اختلاف كل من بعدي الشخصية(الانبساط/العصابية) و نوع التعليم(ثانوي عام/فني) و الجنس (ذكوراً/إناثاً)، كما أنها تختلف باختلاف تأثير التفاعل بينها، كما وجدت فروق دالة إحصائياً في مهارات اتخاذ القرار لدى طلاب التعليم الثانوي لصالح الأفكار العقلانية.

10. دراسة مودي و ثينجوجام(Modi,D.&Thingujam,N,2007):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الغضب و الأفكار اللاعقلانية لدى المتزوجين في الهند، و تكونت عينة الدراسة من (152) رجلاً و امرأة، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط دال احصائياًبينالغضب و الأفكار اللاعقلانية.

11. دراسة(الأنصاري ومرسي،2007):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية و علاقتها بالسلوك العدواني في ضوء بعض أساليب المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة المتأخرة، وتكونت عينة الدراسة من (120) تلميذاً وتلميذةً من تلاميذ المرحلة الابتدائية يمثلون مرحلة الطفولة المتأخرة في محافظة بور سعيد، حيث بلغ متوسط عمر أفراد العينة (10.5) عاماً، طبق عليهم قائمة الأفكار اللاعقلانية من إعداد الباحثتين، ومقياس السلوك العدواني لآمال أباظة(1998)، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية من وجهة نظر الأطفال لجليلة عبد المنعم(1993)، و توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وأساليب المعاملة الوالدية المتمثلة في (عدم التقبل ، الحماية الزائدة ، الألم النفسي ،الألم البدني ، الإهمال ، التدليل ، و التذبذب)، وكما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة احصائياً في الأفكار اللاعقلانية نتيجة اختلاف النوع (ذكور – اناث) ومستوى أساليب المعاملة الوالدية بينهما.

12. دراسة (ميرزا،2007):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية، وكل من الضغوط المهنية وصراع الأدوار المهنية و الأسرية واستراتيجيات التعامل لدى معلمي مدارس التربية الخاصة بالكويت ، وتكونت عينة الدراسة من (320) معلماً ومعلمةً، وقد استخدمت الباحثة مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني (1985)،ومقياس الضغوط المهنية لخالد الكخن(1997)، ومقياس صراع الأدوار المهنية والأسرية إعداد الباحثة، ومقياس استراتيجيات التعامل لنورا هزاع(2006)، وكان من أهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية طردية بين الأفكار اللاعقلانية وكل من صراع الأدوار المهنية الأسرية والضغوط المهنية.

13. دراسة (عبد الغفار،2007):

هدفت الدراسة إلى تحديد الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة بني سويف ،حيث تكونت عينة الدراسة من (660) طالباً وطالبةً ومداهم العمري من (20-17) عاماً ، من طلبة الكليات النظرية والعلمية، حيث قامت الباحثة باستخدام مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين إعداد(Hooper&Layne,1983) وعدَّله للبيئة العربية محمد عبد الرحمن و معتز عبد الله (2002)، و قائمة بيك العربية للاكتئاب إعداد أرون بيك و روبرت سبنسير (Beck&Spencer,1967) ، وتعريب أحمد عبد الخالق(1996)، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وجود علاقة دالة تنبؤية بين الأفكار اللاعقلانية ومؤشرات الاكتئاب لصالح طلاب الكليات العلمية، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث في كم ونوع الأفكار اللاعقلانية لصالح الإناث.

14. دراسة(الصباح و الحموز،2007):

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين، وتكونت عينة الدراسة من (604) من طلبة جامعات الخليل، وبيت لحم، وبيرزيت المسجلين للعام الدراسي2005- 2006، واستخدم الباحثان في دراستهما مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني(1985)، و أظهرت النتائج أن الدرجة الكلية للأفكار اللاعقلانية عند العينة ككل بلغت (77.8%)، وهي درجة متأرجحة بين العقلانية

واللاعقلانية، وأظهرت النتائج أيضاً وجود فروق في الجنس لصالح الذكور، في حين لم تظهر النتائج فروقاً تبعاً لمكان السكن، والجامعة، والتخصص العلمي.

15. دراسة (العريني،2008):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة جامعة محمد بن سعود الإسلامية ،وتكونت عينة الدراسة من (428) طالباً وطالبة من المستويين الأول والرابع، واستخدم الباحث في دراسته اختبار الريحاني للأفكار اللاعقلانية (1985)، وقائمة بورو للتكيف الأكاديمي(Borow Inventory Academic Adjustment,1949) تعريب صابر أبو طالب (1979)، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التكيف الأكاديمي وبين الأفكار اللاعقلانية، كما أظهرت الدراسة انتشار الأفكار اللاعقلانية بنسب أكبر لدى طلبة المستوى الدراسي الرابع، كما أوضحت الدراسة أن الإناث لديهن أفكاراً لاعقلانية أكثر من الذكور.

16. دراسة(العويضة،2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن نسبة انتشار الأفكار العقلانية – اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عمَّان الأهلية، و تكونت عينة الدراسة من (181) طالباً وطالبةً، وطبِّق عليهم مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية لسليمان للريحاني(1985)، ومقياس الصحة العامة لغولدبيرج ووبليام(Goldberg & William,1990) ،و استخدمته سمية الجعافرة(2002)، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية، كما أشارت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً في جميع الأفكار اللاعقلانية تعزى لمتغيري الجنس و التخصص.

17. دراسة (الحموري،2009):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى مساهمة أساليب التفكير حسب نظرية السلطة الذاتية العقلية لشتيرنبيرغ (Sternberg) في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة اليرموك، وتكونت عينة الدراسة من (358) طالباً وطالبةً من طلبة البكالوريوس، واستخدم الباحث في دراسته مقياس الأفكار اللاعقلانية وهو من إعداد عبد الكريم جرادات(2006) و مقياس أساليب التفكير وهو من إعداد الباحث، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية، تعزى للجنس في أساليب التفكير

المستخدمة لدى عينة الدراسة ، وفي مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية، كما أظهرت النتائج أن هناك بعض أساليب التفكير التي تؤدي بالفرد– بشكل أكبر من غيرها– إلى تبني نظام معتقدات لا عقلانية، كأساليب التفكير المحلي والفوضوي، وأخرى تؤدي بالفرد إلى تبني نظام معتقدات أكثر عقلانية، كأسلوبي التفكير الهرمي والأقلِّي.

18. دراسة (طلبة،2010):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية و الأفكار اللاعقلانية لدى الجنسين، وتكونت عينة الدراسة من(150) شاباً و فتاةً من مختلف الطبقات الاجتماعية و الاقتصادية و التعليمية،وتترواح أعمارهم بين (35-28)عاماً، و قد استخدم الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية ، مقياس الضغوط النفسية و كلاهما من إعداد الباحث ، وخلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق بين الذكور و الإناث على مقياس الافكار اللاعقلانية، كما يوجد معامل ارتباط دال احصائياً بين الضغوط النفسية و الأفكار اللاعقلانية .

19. دراسة (القيسي،2010) :

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وتقدير الذات لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية ،وتكونت عينة الدراسة من (280) طالباً وطالبةً في مستوى البكالوريوس ، وقد استخدمت الباحثة في دراسته مقياس الافكار اللاعقلانية لعبد الكريم جرادات (2006) ومقياس تقدير الذات لروزنبيرج (Rosenberg) والمترجم من ذويب (2006)، وأظهرت النتائج أن مستويات الأفكار اللاعقلانية على أبعاد العزو الداخلي للفشل وتقييم الذات السلبي وسرعة الانفعال كانت لدى الإناث أعلى منها لدى الذكور ،كما أشارت النتائج إلى ارتباط تقدير الآت بشكل دال احصائياً عند الاناث بمقياس الأفكار اللاعقلانية وبثلاث أبعاد هي : العزو الداخلي للفشل وتقييم الذات السلبي وسرعة الانفعال .

20. دراسة (الزهراني،2010):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وإدارة الوقت لدى طلبة جامعة حائل، وتكونت عينة الدراسة من (366) طالباً وطالبةًمن الجامعة، واستخدم الباحث في دراسته مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية للريحاني (1985)، و مقياس إدارة الوقت من إعداد الباحث، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية

وإدارة الوقت، كما أنه لا توجد فروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية تعزى للجنس أو التخصص أو السنة الدراسية.

21. دراسة (العنزي،2010):

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين إدراك القبول – الرفض الوالدي والأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل لدى طلبة جامعة الحدود الشمالية، وتكونت عينة الدراسة من (360) طالباً و طالبة من الجامعة، وقد استخدم الباحث في الدراسة: استبيان القبول – الرفض الوالدي إعداد رونالد.ب.رونار (Ronald P. Rohner) ترجمة ممدوح سلامة (1986)، و مقياس الأفكار اللاعقلانية للريحاني (1985)، و مقياس قلق المستقبل إعداد زينب شقير (2005)، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين إدراك القبول الوالدي من قبل (الأب والأم) والأفكار اللاعقلانية، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين إدراك الرفض الوالدي من قبل (الأب والأم) والأفكار اللاعقلانية، كما بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الأفكار اللاعقلانية وقلق المستقبل و أنه يمكن التنبؤ بالأفكار اللاعقلانية من خلال إدراك القبول – الرفض الوالدي.

22. دراسة (مجلي،2011):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية صعده – جامعة عمران ، وتكونت عينة البحث من (300) طالبٍ وطالبة بالجامعة، واستخدم الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية واختبار الضغوط النفسية وهما من اعداد الباحث،و تمَّ التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية، كما وجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيَّة بين الطلبة وفقاً لمتغير الجنس لصالح الذكور.

23. دراسة(أبو جحجوح،2012):

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية ، وقد استخدم الباحث مقياس الأفكار اللاعقلانية وهو من إعداد سليمان الريحاني (1985)، ومقياس قائمة الأعراض المرضية من إعداد (SCL-90-R, Derogatis LR, Lipman RS, Covi L,1977) ،وقام بتقنينه ليلائم البيئة الفلسطينية فضل أبوهين(1993)، واشتملت عينة الدراسة على (533) طالباً وطالبةً من جامعتي (الأقصى

والإسلامية)، وخلصت هذه الدراسة إلى وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الأفكار اللاعقلانية والأعراض المرضية لدى طلبة، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية والأعراض المرضية تعزى لاختلاف منطقة السكن و المستوى التعليمي و المستوى الاقتصادي، كما بينت الدراسة أن الذكور لديهم أفكارا لاعقلانية أكثر من الإناث.

24. دراسة (دانيال،2012):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الصَّف الأول من المرحلة الثانوية في محافظة الفيوم، وتكوَّنت عيِّنة الدراسة من (400) طالب وطالبة من محافظة الفيوم ،يتراوح العمر الزمني لهم ما بين (16- 15) سنة ، و طبِّق على أفراد العينة مقياسين هما : مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحثة ومقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين إعداد هوبر و لاير (Hooper &Layne,1983)وعدَّله للبيئة العربية محمد عبد الرحمن و معتز عبد الله (2002)، وخلصت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً بين المساندة الاجتماعية والأفكار اللاعقلانية لدى كل من الذكور والإناث ،فيما عدا أفكار الاعتمادية التي ارتبطت إيجابياً بالمساندة الاجتماعية لدى الذكور في حين ارتبطت كلاً من أفكار الاعتمادية ، الانزعاج لمشاكل الآخرين ، وابتغاء الحلول الكاملة إيجابياً بالمساندة الاجتماعية لدى الإناث.

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة تبيَّن للباحث مدى الاهتمام الكبير بكلٍ من موضوع القلق الاجتماعي، وموضوع الأفكار اللاعقلانية، كما تبيَّن له مدى الاهتمام الكبير بفئة الطلبة، وذلك من خلال القيام بدراسات عديدة حولهم، وسوف يقوم الباحث بالتعقيب على الدراسات السابقة من عدة نواحي :

1. ما يتعلق بموضوع الدراسة:

اتفقت الدراسات السابقة في متغير القلق الاجتماعي مثل دراسة الفخراني (2001) ودراسة الكتَّاني (2002)، كما اتفقت مع الدراسات السابقة في متغير الأفكار اللاعقلانية مثل دراسة أحمد (2004) ودراسة عامر(2005)، كما تناولت الدراسات السابقة تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية

مثل (الجنس ، التخصص العلمي ، المستوى الدراسي ، مكان السَّكن) على كلٍ من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية .

ولم يجد الباحث أي دراسة تتفق مع جميع متغيِّرات الدراسة الحالية رغم وفرة الدراسات السابقة التي تناولت كلاً من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية.

2. ما يتعلق بأدوات الدراسة :

اتفقت الدراسات السابقة في استخدام أداة الدراسة "الاستبانة " في قياس كلٍ من :القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، كما يلاحظ من الدراسات السابقة استخدام بعض هذه الدراسات مقاييس معدة مسبقاً مثل دراسة البنا(2002) ودراسة قلندر(2003) للقلق الاجتماعي، ودراسة البنوي(2005) ودراسة صالح(2006) للأفكار اللاعقلانية، أو قيام الباحثين بإعداد مقاييس خاصة بهم مثل دراسة كامل(2003) ودراسة عبد العال(2006) للقلق الاجتماعي، ودراسة الشربيني (2005) ودراسة محمود (2007) للأفكار اللاعقلانية .

كما لاحظ الباحث عدم وجود مقياس ذو استخدام واسع لقياس القلق الاجتماعي، فيما لاحظ الباحث أن مقياس الأفكار اللاعقلانية لسليمان الريحاني (1985) كان له نصيب الأسد في استخدامه لقياس الأفكار اللاعقلانية .

وقد يعود الاختلاف في استخدام تلك المقاييس إلى مجموعة من العوامل والأسباب منها: اختلاف مجتمع وعينة الدراسة، اختلاف الفترات الزمنية التي أجريت فيها تلك الدراسات، رغبة الباحثين في إعداد مقاييس خاصة بهم، والفروق الثقافية بين المجتمعات وما يتبعها من اختلافات.

3. من حيث عينة الدراسة:

تشابهت بعض الدراسات السابقة في عينة الدراسة بتحديد عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية فقط مثل دراسة بدر(2005) ودراسة بدوي (2009) للقلق الاجتماعي، كما اختلفت مع بعض الدراسات السابقة في العينة حيث شملت بعض الدراسات طلبة الجامعات مثل دراسة العويضة (2009)، ودراسة العاسمي (2010) للقلق الاجتماعي، ودراسة مجلي(2011) للأفكار اللاعقلانية ،أو المدراء مثل دراسة الفخراني (2001) للقلق الاجتماعي، أو طلبة مرحلة الثانوية مثل دراسة العزاوي (2007)، دراسة مهلة(2009) للقلق الاجتماعي، ودراسة دانيال(2012) للأفكار اللاعقلانية، أو المعلمين مثل دراسة أحمد(2004) للأفكار اللاعقلانية .

- **أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:**

يشير الباحث إلى استفادته من الدراسات السابقة من حيث الإسهام في صياغة أسئلة الدراسة وتحديد أهدافها، كما استفاد الباحث من الاطِّلاع على أدوات القياس المستخدمة فيها في بناء المقاييس الخاصة بالدراسة ، كما كان للمعلومات والمفاهيم النظرية دوراً في إثراء الإطار النظري الخاص بالدراسة الحالية .

- **ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:**

إن الدراسة الحالية تبحث في القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية، حيث تعتبر هذه الدراسة الأولى – في حدود علم الباحث– التي تناولت القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة، و التي تتميز بواقع اجتماعي عن المجتمعات الأخرى ففيه الحروب و الحصار و الفقر التي ساهمت في قطع الروابط الاجتماعية بتأثيراتها المختلفة.

ثانياَ: فروض الدراسة:

1. لا توجد علاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.
2. لا يزيد مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.
3. لا يزيد مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الجنس.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الجنس.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير منطقة السكن.
7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير منطقة السكن.
8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للطلبة.
9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للطلبة.
10. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأب.
11. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأب.
12. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأم.
13. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأم.

14. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير حجم الأسرة.
15. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير حجم الأسرة.
16. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الترتيب الولادي للطلبة.
17. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الترتيب الولادي للطلبة.

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة

- منهج الدراسة
- مصادر الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- الأساليب الإحصائية

الفصل الرابع

الطريقة والإجراءات

تناول هذا الفصل تعريف منهجية البحث، ووصف مجتمع الدراسة وتحديد عينة الدراسة وإعداد مقاييس الدراسة والتأكد من صدقها وثباتها، وبيان إجراءات الدراسة والأساليب الإحصائية التي استخدمت في تحليل المقياسين.

منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، لمناسبته لهذه الدراسة، و يعرف المنهج الوصفي التحليلي: بأنه المنهج الذي يتناول أحداث و ممارسات قائمة و متاحة للدراسة دون أن يتدخل الباحث في مجرياتها و على الباحث أن يتفاعل معها بالوصف والتحليل.(الأغا، 1997 :41).

وهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم، لوصف ظاهرة، أو مشكلة محددة، وتصويرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة، وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدارسة الدقيقة.(ملحم،2000: 324).

مصادر الدراسة:

اعتمدت الدراسة على نوعين أساسيين من البيانات:

1. **البيانات الأولية** :وذلك بالبحث في الجانب الميداني بتوزيع استبيانات لدراسة بعض مفردات الدِّراسة وحصر وتجميع المعلومات اللّازمة في موضوع الدِّراسة، ومن ثم تفريغها وتحليلها باستخدام برنامجSPSS الإحصائي واستخدام الاختبارات الإحصائية المناسبة بهدف الوصول لدلالات ذات قيمة ومؤشرات تدعم موضوع الدِّراسة.
2. **البيانات الثانوية:** لقد قام الباحث بمراجعة الكتب والدوريات والمنشورات الخاصة أو المتعلقة بالموضوع قيد الدراسة، والتي تتعلق بالكشف عن القلق الاجتماعي، والأفكار اللاعقلانية بهدف إثراء موضوع الدراسة بشكل علمي، وذلك من أجل التعرف على الأسس والطرق العلمية السليمة في كتابة الدراسات، كذلك أخذ تصور عن كافة المستجدّات التي حدثت في مجال الدراسة.

مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة المرحلة الإعدادية في المدارس الحكومية في مدارس السلطة الوطنية الفلسطينية في محافظات غزة والبالغ عددهم (44263) طالباً وطالبةً، و ذلك حسب إحصائية وزارة التربية والتعليم الفلسطينية لشهر سبتمبر للعام الدراسي2013 / 2012 م، والجدول رقم (1) يوضح توزيع أفراد المجتمع الأصلي:

جدول رقم (1)

يوضّح توزيع أفراد المجتمع الأصلي

م	المحافظة	الصف السابع		الصف الثامن		الصف التاسع		المجموع
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
(1)	محافظة رفح	507	532	446	560	430	580	3055
(2)	محافظة خانيونس	1471	1433	1273	1377	1263	1500	8281
(3)	محافظة الوسطى	529	562	532	571	546	559	3299
(4)	محافظة غزة	3283	3945	3394	3984	3207	3818	21631
(5)	محافظة الشمال	1388	1448	1207	1380	1179	1377	7997
المجموع		7178	7920	6816	7872	6643	7834	44263

عينة الدراسة :

تألفت عينة الدراسة من:

أولاً: العينة الاستطلاعية piloting sample :

حيث قام الباحث باختيار عينة عشوائية من طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية في محافظات غزة حيث بلغت العينة الاستطلاعية (50) طالباً وطالبةً، حيث استخدمت العينة الاستطلاعية للتحقق من الصدق والثبات، والجدول رقم(2)يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية.

جدول رقم (2)

يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية

الصف السابع		الصف الثامن		الصف التاسع		المجموع
ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
8	9	7	8	8	10	50

ثانياً: العينة الفعلية actual sample:

حيث قام الباحث باختيار عينة ممثلة للمجتمع الأصلي للدراسة وذلك بنسبة (2%) من المجتمع الأصلي، وبلغت العينة الحقيقية(888) طالباً وطالبةً من مدارس المرحلة الإعدادية من محافظات غزة، كما هو مبيَّن في الجدول رقم (3).

جدول رقم (3)

يوضِّح اختيار العينة الحقيقيَّة الممثلة للمجتمع

م	المحافظة	الصف السابع		الصف الثامن		الصف التاسع		المجموع
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
1	محافظة رفح	10	11	9	11	9	12	62
2	محافظة خانيونس	29	29	25	28	25	30	166
3	محافظة الوسطى	11	11	11	11	11	11	66
4	محافظة غزة	66	79	68	80	64	76	433
5	محافظة الشمال	28	29	24	28	24	28	161
المجموع		144	159	137	158	133	157	888

الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة:

قام الباحث بحساب التكرار والنسب المئوية للمتغيرات الديموغرافية في الدراسة وهي (الجنس – مكان السكن – المستوى التعليمي للطالب – المستوى التعليم للأب – المستوى التعليمي للأم – حجم الأسرة – الترتيب الأولادي).

أولاً: بالنسبة للجنس:

جدول رقم (4)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الجنس حيث ن = 888

الجنس	العدد	النِّسبة المئوية
ذكر	414	%46.62
أنثى	474	%53.38
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (4) أن ما نسبته (46.62%) من عينة الدراسة من الذكور، وأن (53.38%) من عينة الدراسة من الإناث.

ثانياً: بالنِسبة لمكان السكن:

جدول رقم (5)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب مكان السكن حيث ن = 888

المحافظة	العدد	النسبة المئوية
رفح	62	%6.982
خان يونس	166	%18.694
الوسطى	66	%7.432
غزة	433	%48.761
الشمال	161	%18.131
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (5) أن ما نسبته (6.982%) من عينة الدراسة سكان محافظة رفح، وأن (18.694%) من عينة الدراسة سكان محافظة خانيونس، وأن (7.432%) من عينة الدراسة سكان محافظة الوسطى، وأن (48.761%) من عينة الدراسة سكان محافظة غزة، وأن (18.131%) من عينة الدراسة سكان محافظة الشمال.

ثالثاً: بالنسبة للمستوى التعليمي للطالب:

جدول رقم (6)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي للطالب حيث ن = 888

المستوى التعليمي للطالب	العدد	النسبة المئوية
السابع	303	%34.12
الثامن	295	%33.22
التاسع	290	%32.66
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (6) أن ما نسبته (34.12%) من عينة الدراسة هم من طلبة الصف السابع، وأن (33.22%) من عينة الدراسة هم من من طلبة الصف الثامن، وأن (32.66%) من عينة الدراسة هم من من طلبة الصف التاسع.

رابعاً: بالنِسبة للمستوى التعليم للأب:

جدول رقم (7)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي للأب حيث ن = 888

المستوى التعليمي للأب	العدد	النسبة المئوية
ثانوية عامة فأقل	553	%62.3
دبلوم متوسط	73	%8.2
جامعي فما فوق	262	%29.5
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (7) أن ما نسبته (62.3%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي لأبائهم ثانوية عامة فأقل، وأن (8.2%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي لأبائهم دبلوم متوسِّط، وأن (29.5%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي لأبائهم جامعي فما فوق.

خامساً: بالنسبة للمستوى التعليمي للأم

جدول رقم (8)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب المستوى التعليمي للأم حيث ن = 888

المستوى التعليمي للأم	العدد	النسبة المئوية
ثانوية عامة فأقل	621	%69.93
دبلوم متوسط	89	%10.01
جامعي فما فوق	178	%20.05
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (8) أن ما نسبته (69.93%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي لأمهاتهم ثانوية عامة فأقل، وأن (10.02%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي

لأمهاتهم دبلوم متوسط، وأن (20.05%) من عينة الدراسة المستوى التعليمي لأمهاتهم جامعي فما فوق .

سادساً: بالنسبة لحجم الأسرة

جدول رقم (9)

يوضِّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب حجم الأسرة حيث ن = 888

حجم الأسرة	العدد	النسبة المئوية
أقل من 5 أفراد	46	%5.2
5 – 8 أفراد	471	%53
9 أفراد فأكثر	371	%41.8
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (9) أن ما نسبته (5.2%) من عينة الدراسة حجم أسرهم أقل من 5 أفراد، وأن (53%) من عينة الدراسة حجم أسرهم من8–5 أفراد، وأن (41.8%) من عينة الدراسةحجم أسرهم 9 فأكثر .

سابعاً: بالنِسبة للترتيب الولادي

جدول رقم (10)

يوضَّح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب الترتيب الولادي حيث ن = 888

البيان	العدد	النسبة المئوية
1–3	467	52.6
4–6	269	30.3
7 فما فوق	152	17.1
المجموع	888	%100

يتَّضح من الجدول رقم (10) أن ما نسبته (52.6%) من عينة الدراسة ترتيبهم الولادي 1-3 ، وأن (30.3%) من عينة الدراسة ترتيبهم الولادي 6-4، وأن (17.1%) من عينة الدراسة ترتيبهم الولادي 7 فما فوق.

أدوات الدراسة :

استخدم الباحث في هذه الدراسة أداتين لتحقيق أهداف الدراسة وهي :

أ. مقياس القلق الاجتماعي إعداد الباحث

ب. مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد الباحث

أولاً: مقياس القلق الاجتماعي:

وصف المقياس:

قام الباحث بإعداد مقياس القلق الاجتماعي، وقد تكونت فقرات المقياس في صورتها النهائية من (22) فقرة ، ملحق رقم (1).

خطوات بناء المقياس:

أولاً: قام الباحث بالاطِّلاع على عدة مقاييس تناولت موضوع القلق الاجتماعي، وقام بإعداد مقياس القلق الاجتماعي بالرغم من وفرة المقاييس، ويعزو الباحث ذلك إلى عدم تمكنه من الحصول على مقاييس للقلق الاجتماعي مقننةً على البيئة الفلسطينية، وبالإضافة إلى عدم ملائمة عبارات المقاييس المتاحة في هذا المجال؛ وذلك لخصوصية البيئة الفلسطينية وخصوصية العينة المختارة ،والمقاييس التي تم الاطلاع عليها:

1. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: سامر رضوان(2001).
2. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: ممدوح محمد(2002).
3. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: وحيد كامل(2003).
4. مقياس القلق الاجتماعي إعداد: أماني عبد المقصود (2006).

ثانياً: قام الباحث بالاطلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة والتي لها صلة وطيدة بموضوع الدراسة.

ثالثاً: تم صياغة فقرات المقياس من قبل الباحث بصورتها الأولية منها الفقرات الموجبة والسلبية، وتكون المقياس من (23) فقرة.

رابعاً: تم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في ميدان الإرشاد النفسي بجامعات القطاع حيث بلغ عددهم (10) محكمين(ملحق رقم 1)، وبعد تحكيم المقياس وفق مجموعة المحكمين، وبعد التعديل لبعض الفقرات تم صياغة فقرات المقياس بصورتها الثانية لتبقى (23) فقرة.
خامساً: تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وحساب الصدق والثبات، لتصبح فقرات المقياس في صورتها النهائية (22) فقرة، وتم تطبيقها على العينة الفعلية.

تصحيح المقياس:

قام الباحث باستخدام مقياساً (ثنائي) الأبعاد حيث تم تقييم حالات القلق الاجتماعي على عبارات المقياس وتعطى الدرجات(1،2) للبدائل (تنطبق ، لا تنطبق) على الترتيب في حال كانت العبارة إيجابية، بينما تعطى الدرجات (1 ، 2) على الترتيب في حال العبارات السالبة ،حيث يصبح مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد القلق اجتماعياً في المقياس الدرجة العظمى (44) والدرجة الدنيا (22) .

صدق المقياس:

ويقصد به هو أن يقيس الاختبار ما وضع لقياسه.(ملحم،2000 :287)
قام الباحث بإعداد فقرات المقياس وذلك للتأكد من صدقها، وفيما يلى الخصائص السيكومترية المرتبطة بالصدق:

أ- صدق المحكمين:

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في ميدان علم النفس (ملحق رقم1) وقام جميع المحكمين بالاطِّلاع على المقياس وإبداء جملةً من التعليقات والملاحظات عليها وتم تعديل بعضها ، بناءاً على ما اتفق عليه (80% فأكثر) من المحكِّمين، كما هو موضح بالجدول رقم (11).

جدول رقم (11)

نسبة الاتفاق للأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات مقياس القلق الاجتماعي

رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق
(1)	9	%90	(13)	10	%100
(2)	8	%80	(14)	9	%90
(3)	9	%90	(15)	10	%100

يتبع جدول (11)

تابع جدول (11)

رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق
(4)	8	%80	(16)	8	%80
(5)	10	%100	(17)	9	%90
(6)	8	%80	(18)	10	%100
(7)	10	%100	(19)	10	%100
(8)	10	%100	(20)	8	%80
(9)	9	%90	(21)	9	%90
(10)	10	%100	(22)	10	%100
(11)	8	%80	(23)	9	%90
(12)	9	%90			

ب- صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency :

تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون Person Correlation بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس بواسطة برنامج (SPSS)كما هو موضح بالجدول رقم (12):

جدول رقم (12)

يوضّح حساب معاملات الاتساق الداخلي لأداة الدراسة لفقرات مقياس القلق الاجتماعي والدرجة الكلية لفقراته

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
(1)	**0.745	(13)	**0.852
(2)	**0.547	(14)	**0.785
(3)	**0.784	(15)	**0.866
(4)	//0.120	(16)	**0.564
(5)	**0.695	(17)	**0.564
(6)	**0.784	(18)	**0.564

يتبع جدول (12)

تابع جدول (12)

معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
**0.564	(19)	**0.666	(7)
**0.564	(20)	**0.795	(8)
**0.564	(21)	**0.784	(9)
**0.564	(22)	**0.779	(10)
**0.564	(23)	**0.784	(11)
		**0.695	(12)

**** دالة عند 0.01** *** دالة عند 0.05** **// غير دالة**

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (887) تساوي 0.361

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (887) تساوي 0.511

يتضّح من الجدول رقم (12) أن العبارات جميعها كانت دالة عند مستوى (0.01)، فيما عدا الفقرة رقم (4) غير دالة إحصائياً، وقد تم حذفها من فقرات المقياس.

ثبات المقياس:

ويقصد به مدى الاتساق بين البيانات التي تجمع عن طريق إعادة تطبيق نفس المقاييس على نفس الأفراد أو الظواهر، تحت نفس الظروف أو تحت ظروف متشابهة إلى أكبر قدر ممكن.(ملحم،2000: 287)

تم حساب الثبات لمقياس القلق الاجتماعي بطريقتين :

أ- معامل الثّبات كرونباخ ألفا Cronbach Alpha:

تم حساب الثبات الكلي لمقياس القلق الاجتماعي لفقراته المختلفة عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ Cronbach Alpha عن طريق برنامج الحاسوب spss كما هو موضح بجدول رقم (13)

جدول رقم (13)

يوضّح معامل الثبات كرونباخ ألفا لمقياس القلق الاجتماعي

المجال	عدد الفقرات	معامل الثبات
القلق الاجتماعي	**(22)**	**0.910**

يتبيَّن من الجدول السابق رقم (13) أن معامل الثبات للمقياس ككل (0.910) ،وهو معامل ثبات عالٍ ،وتبين أن معامل الثبات عالٍ لجميع الفقرات.

ب- **التجزئة النصفية Split-Half Coefficient:**

تم حساب الثبات الكلي لمقياس القلق الاجتماعي لفقراته المختلفة بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثبات للمقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفيّة، ثم إيجاد معامل الثبات المعدَّل باستخدام معامل ارتباط"Spearman-Brown“ ، كما هو موضح بالجدول رقم(14).

جدول رقم (14)

يوضِّح معامل الثبات لمقياس القلق الاجتماعي بطريقة التجزئة النصفية

الفقرات الفردية	الفقرات الزوجية	معامل الارتباط	معامل الثبات مجال التعديل
(1)	(2)	**0.841	**0.914
(3)	(4)	**0.754	**0.86
(5)	(6)	**0.852	**0.92
(7)	(8)	**0.741	**0.851
(9)	(10)	**0.621	**0.766
(11)	(12)	**0.777	**0.875
(13)	(14)	**0.754	**0.86
(15)	(16)	**0.851	**0.92
(17)	(18)	**0.895	**0.945
(19)	(20)	**0.810	**0.879
(21)	(22)	**0.784	**0.895
الدرجة الكلية		**0.695**	**0.820**

** دالة عند0.01   * دالة عند 0.05   // غير دالة

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (887) تساوي 0.361

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (887) تساوي 0.511

يتَّضح من الجدول السابق رقم (14) أن معامل الثبات للمقياس (0.695)، ومعامل الثبات المعدَّل (0.820)، وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

ثانياً: مقياس الأفكار اللاعقلانية

وصف المقياس:

قام الباحث بإعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية، وقد تكون المقياس في صورته النهائية من (44) فقرة، وهو موزع على أحد عشر مجالاً بحيث يمثل كل مجال أحد الأفكار اللاعقلانيَّة كما حددها أليس "Ellis" وهي:

1. **المجال الأول:** طلب الاستحسان، و يعني: رغبة الفرد في الحصول على الحب والتأييد من الآخرين باستمرار.
2. **المجال الثاني** : ابتغاء الكمال الشخصي، و يعني: إدراك الفرد بثقته الكاملة فى نفسه، فعليه أن يتميز بالكفاءة والإنجاز في العمل بدرجة عالية.
3. **المجال الثالث:** اللوم الزائد للذات و للآخرين، و يعني: اعتقاد الفرد بأن العقاب ولوم الغير هو الحل الوحيد لتعديل السلوك، فهو يوجه اللوم لغيره بل ولنفسه أيضًا على أتفه الأخطاء .
4. **المجال الرابع:** توقع المصائب و الكوارث، و يعني: شعور الفرد بخيبة الأمل والفشل في أي أمر تكون نتائجه مخالفة لتوقعاته.
5. **المجال الخامس:** اللامبالاة الانفعالية، و يعني: اعتقاد الفرد بأن كل ما يحدث له من مشكلات سببه ظروف خارجة عن إرادته وليس له دخل في تغييرها.
6. **المجال السادس:** القلق الناتج عن الاهتمام الزائد، و يعني: الأشياء المخِيفة أو الخطرة تسَتدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدَّائم في التَّفكير فيها و يجب أن يكون الفرد دائم التَّفكير بها.
7. **المجال السابع:** تجنب المشكلات، و يعني: اعتقاد الفرد بضرورة تفادي بعض الصعوبات و المسئوليات الشخصية بدلاً من مواجهتها.
8. **المجال الثامن:** الاعتمادية، و يعني: اعتقاد الفرد بأنه يجب على المرء أن يعتمد على الآخرين فى تحقيق أهدافه.
9. **المجال التاسع:** الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي ،و يعني: اعتقاد الفرد بأن الأحداث السيئة التي واجهها في الماضي ستؤثر على حاضره ومستقبله ،ولا يستطيع التخلص منها مهما حاول.
10. **المجال العاشر:** الانزعاج لمتاعب الآخرين، و يعني: اعتقاد الفرد بأن عليه أن يهتم بأحوال غيره و يشاركهم في أحزانهم.

11. المجال الحادي عشر: ابتغاء الحلول الكاملة، و يعني: تصورات الفرد حول أساليب حل المشكلات المتوقعة أن تكون حلولاً مثاليةً و كاملةً.

خطوات بناء المقياس:

أولاً: قام الباحث بالاطِّلاع على عدة مقاييس تناولت موضوع الأفكار اللاعقلانية، وقام الباحث بإعداد مقياس الأفكار اللاعقلانية بالرغم من وفرة المقاييس؛ ويعزو الباحث ذلك إلى عدم تمكنه من الحصول على مقاييس للأفكار اللاعقلانيَّة مقننةً على البيئة الفلسطينية، وبالإضافة إلى عدم ملائمة عبارات المقاييس المتاحة في هذا المجال وذلك لخصوصية البيئة الفلسطينية، وخصوصية العينة المختارة ،والمقاييس التي تم الاطلاع عليها:

1. مقياس الأفكار اللاعقلانية إعداد: سليمان الريحاني(1985).
2. مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال و المراهقين تعريب: معتز سيد عبد الله ومحمود السِّيد عبد الرحمن (1994).
3. مقياس الأفكار اللاعقلانيَّة إعداد: سماح السِّيد (2006).

ثانياً: قام الباحث بالاطِّلاع على الدراسات السابقة ذات العلاقة والتي لها صلة وطيدة بموضوع الدراسة.

ثالثاً: تم صياغة فقرات المقياس من قبل الباحث بصورتها الأولية, وتكون المقياس من (44) فقرة في مجالات مختلفة.

رابعاً: تم عرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في ميدان الإرشاد النفسي و علم النفس بجامعات القطاع حيث بلغ عددهم (10) محكمين (ملحق رقم1)، وبعد تحكيم المقياس وفق مجموعة المحكمين تم تعديل بعض الفقرات، تم صياغة فقرات المقياس بصياغتها الثانية لتبقى (44) فقرة.

خامساً: تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وحساب الصدق والثبات، لتبقى فقرات المقياس (44) فقرة، وتم تطبيقها على العينة الفعلية.

تصحيح المقياس:

قام الباحث باستخدام مقياساً(ثلاثي الأبعاد)، حيث تم تقييم حالات الأفكار اللاعقلانية على عبارات المقياس، وتعطى الدرجات(3،2، 1)للبدائل (ترد دائماً، ترد أحياناً، لا ترد أبداً) على

الترتيب، حيث يصبح مجموع الدرجات التي يحصل عليها حالة الفرد الذي يعاني من الأفكار اللاعقلانية في المقياس الدرجة العظمى (132) والدرجة الدنيا(44) .

مكوِنات المقياس:

تكون مقياس الأفكار اللاعقلانية من أحد عشر مجالاً، كما هو موضَّح بالجدول رقم (15):

جدول رقم (15)

توزيع فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانيَّة على مجالات المقياس

م	المجال	الفقرات
(1)	طلب الاستحسان	1-12-23-34
(2)	ابتغاء الكمال الشخصي	2-13-24-35
(3)	اللوم الزائد للذات و للآخرين	3-14-25-36
(4)	توقع المصائب و الكوارث	4-15-26-37
(5)	اللامبالاة الانفعالي	5-16-27-38
(6)	القلق النَّاتج عن الاهتمام الزائد	6-17-28-39
(7)	تجنب المشكلات	7-18-29-40
(8)	الاعتمادية	8-19-30-41
(9)	الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي	9-20-31-42
(10)	الانزعاج لمتاعب الآخرين	10-21-32-43
(11)	ابتغاء الحلول الكاملة	11-22-33-44

صدق المقياس:

أ- صدق المحكمين:

قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من المتخصصين في ميدان علم النفس (ملحق رقم 1)، وقام جميع المحكمين بالاطِّلاع على المقياس وإبداء جملة من التعليقات والملاحظات

عليها، وتم تعديل بعض العبارات ، بناءاً على ما اتفق عليه (80% فأكثر) من المحكمين، كما هو موضح بالجدول رقم (16).

.

جدول رقم (16)

نسبة الاتفاق للأساتذة المحكمين على كل عبارة من عبارات مقياس الأفكار اللاعقلانية

رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق	رقم العبارة	التكرار	نسبة الاتفاق
(1)	8	%80	(23)	10	%100
(2)	10	%100	(24)	9	%90
(3)	9	%90	(25)	10	%100
(4)	10	%100	(26)	9	%90
(5)	8	%80	(27)	10	%100
(6)	9	%90	(28)	9	%90
(7)	10	%100	(29)	10	%100
(8)	9	%90	(30)	9	%90
(9)	10	%100	(31)	10	%100
(10)	8	%80	(32)	8	%80
(11)	10	%100	(33)	9	%90
(12)	9	%90	(34)	10	%100
(13)	10	%100	(35)	9	%90
(14)	9	%90	(36)	10	%100
(15)	10	%100	(37)	8	%80
(16)	9	%90	(38)	10	%100
(17)	10	%100	(39)	9	%90
(18)	9	%90	(40)	10	%100
(19)	10	%100	(41)	10	%100
(20)	8	%80	(42)	8	%80
(21)	10	%100	(43)	10	%100
(22)	8	%80	(44)	9	%90

ب –صدق الاتساق الداخلي Internal Consistency :

1. تم التحقق من صدق الاتساق من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل مجال من مجالات المقياس والمجال الكلي وكل فقرة من فقرات المجال والدرجة الكلية للمجال بواسطة برنامج (SPSS) كما هو موضح بالجدول رقم (17).

جدول رقم (17)

معامل الارتباط بين كل مجال من مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية مع المقياس ككل

م	المجال	معامل الارتباط
(1)	طلب الاستحسان	**0.711**
(2)	ابتغاء الكمال الشخصي	**0.684**
(3)	اللوم الزائد للذات و للآخرين	**0.712**
(4)	توقع المصائب و الكوارث	**0.769**
(5)	اللامبالاة الانفعالية	**0.685**
(6)	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	**0.632**
(7)	تجنب المشكلات	**0.785**
(8)	الاعتمادية	**0.674**
(9)	الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي	**0.784**
(10)	الانزعاج لمتاعب الآخرين	**0.695**
(11)	ابتغاء الحلول الكاملة	**0. 761**
	الدرجة الكلية	****0.814**

**** دالة عند 0.01** *** دالة عند 0.05** **// غير دالة**

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (887) تساوي 0.361

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (887) تساوي 0.511

يتَّضح من الجدول رقم (17) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس كانت دالة، مما يوضِّح اتساق هذه المجالات مع المقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.632– 0.785)، و هي قيم دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة 0.01

2. تم التحقق من صدق الاتساق الداخلي قام الباحث وذلك بحساب الارتباط بين كل فقرة مع البعد الكلي للمجال كما هو موضَّحبالجدول رقم (18).

جدول رقم (18)

قيم معامل الارتباط بين كل فقرة مع البعد الكلي للمجال لمقياس الأفكار اللاعقلانية

المجال	رقم الفقرة في المقياس	معامل الارتباط	المجال	رقم الفقرة في المقياس	معامل الارتباط
طلب الاستحسان	(1)	0.564**	تجنب المشكلات	(7)	0.341*
	(12)	0.685**		(18)	0.784**
	(23)	0.754**		(29)	0.654**
	(34)	0.777**		(40)	0.729**
ابتغاء الكمال الشخصي	(2)	0.854**	الاعتماد ية	(8)	0.741**
	(13)	0.636**		(19)	0.596**
	(24)	0.354*		(30)	0.746**
	(35)	0.474**		(41)	0.478**
اللوم الزائد للذات و للآخرين	(3)	0.685**	الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي	(9)	0.365*
	(14)	0.784**		(20)	0.485**
	(25)	0.685**		(31)	0.674**
	(36)	0.456**		(42)	0.741**
توقع المصائب و الكوارث	(4)	0.784**	الانزعاج لمتاعب الآخرين	(10)	0.743**
	(15)	0.569**		(21)	0.469**
	(26)	0.852**		(32)	0.508**
	(37)	0.753**		(43)	0.684**
اللامبالاة الإنفعالي	(5)	0.874**	ابتغاء الحلول الكاملة	(11)	0.555**
	(16)	0.569**		(22)	0.658**
	(27)	0.510**		(33)	0.691**
	(38)	0.555**		(44)	0.457**
القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	(6)	0.539**			
	(17)	0.741**			
	(28)	0.684**			
	(39)	0.537**			

**** دالة عند 0.01**   *** دالة عند 0.05**   **// غير دالة**

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (887) تساوي 0.361

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (887) تساوي 0.511

يتضح من الجدول رقم (18) أن العبارات جميعها كانت دالة عند مستوى (0.01) ما عدا العبارة (7 –9- 24) كانت دالة عند مستوى (0.05).

ثبات المقياس:

تم حساب الثبات لمقياس الأفكار اللاعقلانية بطريقتين :

أ - معامل كرونباخ ألفا Cronbach Alpha:

تم حساب الثبات الكلي لمقياس الأفكار اللاعقلانية ولمجالاته المختلفة عن طريق حساب معامل كرونباخ ألفا Cronbach Alpha، عن طريق برنامج الحاسوب Spss، كما هو موضَّح بجدول رقم (19).

جدول رقم (19)

يوضِّح معامل الثبات كرونباخ ألفا لكل مجال من مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية

م	المجال	معامل الثبات
(1)	طلب الاستحسان	0.7845
(2)	ابتغاء الكمال الشخصي	0.6955
(3)	اللَّوم الزائد للذات و للآخرين	0.7845
(4)	توقُّع المصائب و الكوارث	0.6958
(5)	اللَّامبالاة الانفعاليَّة	0.8521
(6)	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	0.5475
(7)	تجنب المشكلات	0.699
(8)	الاعتمادية	0.8412
(9)	الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي	0.8655
(10)	الانزعاج لمتاعب الآخرين	0.7544
(11)	ابتغاء الحلول الكاملة	0.658
الدرجة الكلية		0.8228

حيث يتبيَّن من الجدول رقم (19) أنَّ معامل الثبات للمقياس ككل (0.8228)، وهو معامل ثبات عالٍ، كما تبيَّن أن معامل الثبات عالٍ لجميع المجالات.

ب. التجزئة النصفية Split-Half Coefficient:

تم حساب الثَّبات الكلي للمقياس ومجالاته المختلفة بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية عن طريق حساب معامل الثَّبات لكل مجال من مجالات المقياس باستخدام طريقة التجزئة النصفية، ثم إيجاد معامل الثَّبات المعدل باستخدام معادلة جيتمان "Jeetman equation"، كما هو موضح بجدول رقم (20).

جدول رقم (20)

يوضِّح معاملات الارتباط لكل مجال من مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية بطريقة التجزئة النصفية

م	المجال	معامل الارتباط	معامل الثبات بعد التعديل
(1)	طلب الاستحسان	**0.711**	**0.831**
(2)	ابتغاء الكمال الشخصي	**0.684**	**0.812**
(3)	اللوم الزائد للذات و للآخرين	**0.712**	**0.832**
(4)	توقع المصائب و الكوارث	**0.769**	**0.869**
(5)	اللامبالاة الانفعالية	**0.685**	**0.813**
(6)	القلق الناتج عن الاهتمام الزائد	**0.632**	**0.775**
(7)	تجنب المشكلات	**0.785**	**0.88**
(8)	الاعتمادية	**0.674**	**0.805**
(9)	الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي	**0.784**	**0.879**
(10)	الانزعاج لمتاعب الآخرين	**0.695**	**0.82**
(11)	ابتغاء الحلول الكاملة	**0. 761**	**0.864**
	الدرجة الكلية	**0.814**	**0.897**

**** دالة عند 0.01**   *** دالة عند 0.05**   **// غير دالة**

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (887) تساوي 0.361

قيمة (r)الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 ودرجة حرية (887) تساوي 0.511

حيث يتَّضح من الجدول رقم(20) أن معامل الثبات للمقياس (0.814)، ومعامل الثبات المعدَّل (0.897)، وهو معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01.

تعقيب:

بعد أن تم التأكد من الصدق الظاهري لمقياس القلق الاجتماعي ومقياس الأفكار اللاعقلانية، كما تم التأكد إحصائياً من الصدق و الثبات للمقياسين من خلال التطبيق على العينة الاستطلاعية وحصولهما على معاملات صدق و ثبات مرتفعة ودالة إحصائياً، فقد اطمأن الباحث إلى صلاحية المقياسين للتطبيق على أفراد العينة.

الأساليب الإحصائية :

لقد قام الباحث بتفريغ وتحليل المقياس من خلال البرنامج الإحصائي(**SPSS**) ،وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1. التكرارات والنسب المئوية لمعرفة خصائص العينة.
2. معاملات الارتباط لقياس صدق الاتساق الداخلي للفقرات.
3. مقاييس النزعة المركزية (المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والتباين).
4. اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة البعدية.
5. معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات المقياس.
6. اختبار "ت" للتعرف على الفروق بين عينتين مختلفتين.
7. اختبار التباين الأحادي للتعرف على الفروق بين أكثر من عينتين مختلفتين.
8. معادلة جيتمان للتجزئة النصفية غير المتساوية.
9. معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية المتساوية.

الفصل الخامس

نتائج الدراسة وتفسيراتها

- عرض نتائج الدراسة
- تفسير النتائج
- توصيات الدراسة
- مقترحات الدراسة

الفصل الخامس

نتائج الدراسة وتفسيراتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً تفصيلياً للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال تطبيق أدوات الدراسة، بالإضافة إلى تفسير و مناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج و مناقشتها، و تم استخدام البرنامج الإحصائي (**Spss**) في تفريغ البيانات وإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة، وإعطاء الصورة العامة للنتائج .

نتيجة السؤال الرئيس في الدراسة والذي ينص على ما يلي :

ما علاقة القلق الاجتماعي بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة ؟

وينبثق من هذا التساؤل الفرض الأول للدراسة:

لا توجد علاقة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.

و للتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية وحصل على النتائج التالية كما هو موضَّح بالجدول رقم (21):

جدول رقم (21)

يوضِّح معاملات الارتباط بيرسون بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية

المقياس	الأفكار اللاعقلانية	القلق الاجتماعي	مستوى الدلالة
القلق الاجتماعي	0.421 **	1	0.000
الأفكار اللاعقلانية	1	0.421 **	0.000

يتبيَّن من الجدول رقم(21) أن معامل الارتباط بيرسون بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية يساوي 0.421، وهو معامل ارتباط طردي مما يعني أن العلاقة طردية، أي أنه كلَّما زادت الأفكار اللاعقلانية زاد القلق الاجتماعي والعكس صحيح.

و يرى الباحث أن النتيجة السابقة تذكر بصحة الفرضية التي تقوم عليها النظرية العقلانية الانفعالية لأليس"Ellis" في تفسيرها للسلوك الانساني و الاضطرابات النفسية، حيث ترى هذه النظرية أن التفكير و الانفعال يمثلان وجهين لشيء واحد لا يمكن فصلهما عن بعضهما البعض، فالتفكير اللاعقلاني–غير المنطقي– الذي تعلَّمه الفرد خلال نشأته هو المسئول عن الاضطرابات و أن الطريقة التي يدرك بها الفرد الأشياء و الأشخاص و الموضوعات و الأحداث يمكن أن تثير الاضطراب و القلق النفسي و تحدد السلوك وليس الأحداث في ذاتها، فالشخص لا يضطرب من الأشياء و إنما يضطرب من الأفكار و المعتقدات التي يحملها عنها، والتي يجعلها تبدو غير سارة .

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات الآتية: دراسة أحمد(2004)، دراسة عامر(2005)، دراسة صالح(2006)، دراسة شحاتة(2007)، دراسة صابر(2009)، دراسة طلبة(2010)، دراسة مجلي(2011)، دراسة أبو جحجوح(2010).

نتيجة السؤال الأول في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

ما مستوى انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بالمدارس الحكومية في محافظات غزة؟

وينبثق من هذا السؤال الأول الفرض الثاني للدراسة:

لا يزيد مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.

و للتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المقياس كما هو موضح بالملحق رقم (10).

وتم حساب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة "ت" والوزن النسبي للدرجة الكلية كما هو موضح بجدول رقم (22).

جدول رقم (22)

يوضِّح حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري و و قيمة "ت " والوزن النسبي لجميع فقرات مقياس القلق الاجتماعي

المقياس	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الوزن النسبي
القلق الاجتماعي	1.42	0.117	2.77	%70.8

قيمة ت الجدولية عند مستوى (α = 0.05) تساوي (1.98)

قيمة ت الجدولية عند مستوى (α = 0.01) تساوي (2.617)

يتبيَّن من الجدول رقم (22) أن مستوى القلق الاجتماعي وزنه النسبي (70.8%)، كما تبين من الجدول رقم (22) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة " ت" الجدولية ،وبالتالي سنرفض الفرضية الصفرية؛ حيث تبين أنه يزيد مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.

ويمكن اعتبار مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد العينة عالٍ، و يعزو الباحث ذلك إلى أنه قد لا يرجع إلى ما يواجهه الطلبة من أحداث في حياتهم، قد تتمثل فيما تفرضه الأسرة من قيود على الطلبة، وفي ظل هذه الظروف التي تمر بها محافظات غزة من ظروف الحروب و العدوان من جانب الاحتلال الاسرائيلي، كذلك تعرض بعض الطلبة للعقاب البدني و اللفظي في المدرسة، و إنما يرجع إلى كيفية النظر إليها و كيفية التعامل معها،لأن ذلك يقودهم إلى ردود الأفعال الانفعالية، كانعكاس لاستجاباتهم العقلية من خلال اختيارهم لطريقة تفكير معينة تحدد طبيعة استجابتهم لتفسير الأحداث الحياتية التي يمرون بها؛ مما يؤدي إلى نمو شخصية قلقة اجتماعياً تتجنب التفاعل الاجتماعي، و تؤثر الانسحاب من المواقف الاجتماعية بدلاً من المشاركة فيها.

نتيجة السؤال الثاني في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

ما مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في بالمدارس الحكومية في محافظات غزة؟

وينبثق من هذا السؤال الثاني الفرض الثالث للدراسة:

لا يزيد مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.

و للتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث بحساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري والوزن النسبي لفقرات المقياس كما هو موضح بالملحق رقم(11).

وقام الباحث بحساب الوسط الحسابي و الانحراف المعياري و قيمة "ت" و الوزن النِسبي و الرتب لكل مجال من مجالات المقياس كما هو موضح بجدول رقم (23).

جدول رقم (23)

يوضِّح حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري و قيمة "ت " والوزن النسبي لكل مجال من مجالات مقياس الأفكار اللاعقلانية

م	المجال	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الوزن النسبي	الترتيب
(1)	طلب الاستحسان	2.12	0.393	2.655	70.7	2
(2)	ابتغاء الكمال الشخصي	2.11	0.418	2.584	70.2	3
(3)	تعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين	2.09	0.386	1.654	69.7	4
(4)	توقع الكوارث	2.14	0.406	2.854	71.3	1
(5)	التهور الانفعالي	2	0.408	1.362	66.6	11
(6)	القلق الزائد	2.03	0.42	1.454	67.7	10
(7)	تجنب المشكلات	2.06	0.41	1.584	68.8	7
(8)	الاعتمادية	2.06	0.41	1.454	68.7	8
(9)	الشعور بالعجز	2.07	0.446	1.614	69.1	5
(10)	الانزعاج لمشاكل الآخرين	2.05	0.4	1.457	68.4	9
(11)	ابتغاء الحلول الكاملة	2.07	0.398	1.584	69	6
الدرجة الكلية		2.07	0.217	1.254	69.1	

قييمة ت الجدولية عند مستوى (α = 0.05) تساوي (1.98)

قييمة ت الجدولية عند مستوى (α = 0.01) تساوي (2.617)

يتَّضح من الجدول رقم (23) أن الوزن النسبي للأفكار اللاعقلانية (69.1%)، كما تبين من الجدول رقم (23) أن قيمة "ت" المحسوبة أكبر من قيمة " ت" الجدولية ،وبالتالي سنرفض الفرضية الصفرية؛ حيث تبين أنه يزيد مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية في المدارس الحكومية في محافظات غزة عن المستوى النسبي الافتراضي 60%.

ويمكن اعتبار مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد العينة عالٍ، ويرى الباحث أن ارتفاع مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى أفراد العينة قد يرجع إلى ارتفاع مستوى القلق الاجتماعي، حيث يعمل القلق الاجتماعي على المساهمة بشكلٍ كبيرٍ في تكوين الأفكار اللاعقلانية؛ حيث يفتقر الفرد

للحكم أو للمعيار الاجتماعي على أفكاره ومعتقداته، وبالتَّالي وفى كثير من الأحيان قد تتسم شخصية الفرد القلق اجتماعياً ببعض الجمود الذي يمنعه من تقييم أفكاره التقييم السليم، كما تلعب ثقافة المجتمع دوراً كبيراً في زيادة مستوى الأفكار اللاعقلانية؛ حيث أن الأفكار اللاعقلانية تتكون لدى الفرد عبر تسلسل حياته اليومي والتي تعود في الغالب إلى طفولته الأولى و تنشئته الاجتماعية، كما تلعب البيئة المحيطة بالطالب دوراً كبيراً في اكتسابه للأفكار اللاعقلانية، فإذا ما انتشرت الأفكار اللاعقلانية في المجتمع فإنها سوف تفرز الأفكار اللاعقلانية للأفراد، كما يرى الباحث أن هناك دوراً مهماً للعمر في زيادة مستوى الأفكار اللاعقلانية ،حيث تنقص الفرد في هذه المرحلة الخبرات الكافية للحكم بشكل صحيح على ما يحدث حوله.

كما يتَّضح من الجدول التالي رقم (23) أن فكرة "توقع الكوارث" لمقياس الأفكار اللاعقلانية وزنها النسبي (71.3%) ،وهو أعلى الأوزان النسبية قد احتل المرتبة الأولى، ويليها فكرة " طلب الاستحسان " حيث بلغ وزنها النسبي (70.7%)، ويليها فكرة " ابتغاء الكمال الشخصي " وبلغ وزنها النسبي (70.2%).

و يعزو الباحث شيوع فكرة "توقع الكوارث " واحتلالها المرتبة الأولى قد يرجع إلى خصوصية المجتمع الفلسطيني التي تميزه عن سائر المجتمعات من ظروف الاحتلال و تنكيله و الحصار و الأزمات المتلاحقة التي يمر بها المجتمع الفلسطيني نتيجة ذلك؛ مما يهدد أمنهم النفسي ويجعلهم يشعرون بعدم الاستقرار وتشويش الأفكار مما يجعلهم يتوقعون ما هو أسوأ، وتليها فكرة " طلب الاستحسان " ، و يرى الباحث شيوع هذه الفكرة اللاعقلانية إلى أنه قد يرجع إلى سعى الطفل منذ الصغر لأن يكون محبوباً ومرضياً عنه من كل المحيطين به وتعزيز الوالدين هذا الأمر في نفس الطفل ينعكس على سلوك هذا الطفل في المستقبل، حيث يحاول أن يرضى كل المحيطين به بأي طريقة، وتليها فكرة " ابتغاء الكمال الشخصي "، كما يعزو الباحث شيوع هذه الفكرة اللاعقلانية قد يرجع إلى طبيعة المرحلة العمرية وبداية مرحلة المراهقة،حيث يميل المراهق في هذه الفترة إلى الانغماس في الأنشطة المتعددة ليستميل حب الآخرين واحترامهم، وللفت نظر الجنس الآخر له، مما يجعله يريد أن يبدو في أفضل صورة.

<u>نتيجة السؤال الثالث في الدراسة والذي ينص على ما يلي:</u>

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الجنس؟

وينبثق من السؤال الثالث الفرض الرابع للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الجنس.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير الجنس، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري واستخدم الباحث اختبار (T.Test) للتعرف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي، ويوضح جدول رقم (24) النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول رقم (24)

<u>اختبار(T.Test) للكشف عن الفروق في القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة التي تعزى لمتغير الجنس(ذكر –أنثى) ن = 888</u>

الجنس	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت "	مستوى الدلالة
ذكر	414	1.419	0.123	0.788	0.432
أنثى	474	1.412	0.112		

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 1.96

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.58

يتبيَّن من الجدول رقم (24) السابق أن قيمة sig=0.432 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الجنس.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أن أفراد عينة الدراسة قد يمرون بظروف متشابهة تؤثر على قلقهم الاجتماعي، أو ربما قد يرجع ذلك إلى أن كلا الجنسين يستجيبون للمواقف الاجتماعية

بنفس الطريقة نظراً لتجانس العمر و تشابه ظروفه البيئية و الثقافية، كما يرى الباحث أن الاختلاف بين الذكر و الأنثى في هذه المرحلة العمرية المبكرة هو اختلاف في النوع وليس اختلافاً في الدور، حيث يكون الذكر و الأنثى محط أنظار الوالدين و رعايتهما، ولا يكون لكل منهما دوراً اجتماعياً يختلف عن الآخر.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الكتاني(2002) ، دراسة قلندر(2003) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس، بينما اختلفت النتيجة مع نتائج دراسة مهلة(2009) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما اختلفت النتيجة نتائج الدراسات: مع دراسة كامل(2003)، دراسة البناء(2006)، دراسة عبد العال(2006)، ودراسة خفاجي و الشاوي(2009) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

نتيجة السؤال الرابع في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الجنس؟

وينبثق من السؤال الرابع الفرض الخامس للدراسة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الجنس.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير الجنس، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (T.Test) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية كما هو موضَّح بالجدول رقم (25).

جدول رقم (25)

اختبار(T.Test) للكشف عن الفروق في الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة التي تعزى لمتغير الجنس(ذكر –أنثى) ن = 888

المجال	الجنس	التكرار	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت "	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	ذكر	414	2.071	0.394	3.573	0.000
	أنثى	474	2.165	0.387		
الفكرة الثانية	ذكر	414	2.089	0.438	0.191	0.234
	أنثى	474	2.123	0.401		
الفكرة الثالثة	ذكر	414	2.072	0.385	1.416	0.157
	أنثى	474	2.109	0.386		
الفكرة الرابعة	ذكر	414	2.093	0.418	3.180	0.002
	أنثى	474	2.179	0.39		
الفكرة الخامسة	ذكر	414	1.963	0.4	2.508	0.012
	أنثى	474	2.031	0.412		
الفكرة السادسة	ذكر	414	2.022	0.433	0.590	0.560
	أنثى	474	2.039	0.41		
الفكرة السابعة	ذكر	414	2.017	0.398	3.206	0.001
	أنثى	474	2.105	0.418		
الفكرة الثامنة	ذكر	414	2.047	0.41	1.556	0.382
	أنثى	474	2.071	0.409		
الفكرة التاسعة	ذكر	414	2.048	0.445	0.875	0. 120
	أنثى	474	2.095	0.446		
الفكرة العاشرة	ذكر	414	2.038	0.415	1.075	0.218
	أنثى	474	2.067	0.387		
الفكرة الحادية عشرة	ذكر	414	2.076	0.399	0.379	0.705
	أنثى	474	2.066	0.398		
الدرجة الكلية	ذكر	414	2.049	0.217	3.216	0.001
	أنثى	474	2.096	0.214		

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 1.96

قيمة "ت" الجدولية عند درجة حرية (887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 2.58

حيث يتضح من الجدول السابق رقم (25) أن قيمة sig=0.001 وهي أقل من α=0.05 ،وبالتالي سنرفض الفرضية الصفرية؛ حيث يتَّضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث ،وكذلك في المجالات " طلب الاستحسان" و" تعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين" و" توقع الكوارث" و" تجنب المشكلات" لصالح الإناث، ولم تظهر الفروق في المجالات الأخرى.

ويعزو الباحث النتيجة السابقة قد ترجع إلى التأثير الدال للثَّقافة على طبيعة الأفكار اللاعقلانية التي تتكون عند الفرد؛ حيث أنَّ القواعد الثَّقافية في المجتمع الفلسطيني تشير إلى أن الذكور يجب أن يثبتوا رجولتهم، وجديتهم ،و موضوعيتهم في مجالات عديدة في الحياة، مما يجعل تفكيرهم أكثر عقلانيةً، بينما يتوقع من الإناث أن يكن عاطفيات ،و أكثر انفعاليةً و انغماساً في الأحلام والتي تتساوى في ثقافتنا غالباً باللاعقلانيّة ،وهذا ما يفسر أن الفروق في الأفكار اللاعقلانية كانت لصالح الإناث ،أي أنهن أكثر تعرضاً للتشويهات المعرفية من الذكور.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج الدراسات: دراسة عبد الغفار(2007) ودراسة الحموري(2009) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيَّة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث ،في حين اختلفت النتيجة مع نتائج الدراسات: دراسة أحمد(2004)، دراسة أبو شعر (2007)، دراسة محمود (2007)، دراسة مجلي (2001)و دراسة أبو جحجوح(2012)، التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيَّة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور، كما اختلفت النتيجة مع نتائج الدراسات: دراسة البنوي(2005)، صالح(2006)، دراسة العويضة (2009)، دراسة طلبة (2010) ودراسة الزهراني (2010) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيَّة تبعاً لمتغير الجنس.

و يعزو الباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث في مجال " طلب الاستحسان" قد يرجع إلى طبيعة مرحلة المراهقة عند الفتاة وما يتبعها من من تغيرات جسمية ونفسية تبدأ قبل بدئها عند الذكور، كما أن طبيعة التنشئة الاجتماعية في المجتمع الفلسطيني التي تهيئ الفتاة لأن تكون عروساً و أمَّاً في أي لحظة ، و أن الذكور يجب عليهم العمل على إكمال تعليمهم أو العمل على تأمين مستقبلهم، في حين يعزو الباحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير

الجنس لصالح الإناث في المجالات" تعظيم الأمور المرتبطة بالذات والآخرين" و" توقع الكوارث" و" تجنب المشكلات" لصالح الإناث، ولم تظهر الفروق في المجالات الأخرى قد يرجع إلى الشعور بالخوف والضعف الذي تبعثه التربية الأسرية في فتياتنا منذ نعومة أظافرها، و النظرة المخجلة التي ينظر بها المجتمع الفلسطيني إلى المشكلات التي تجلبها الفتاة، كما يرى الباحث أن طبيعة الفتاة كأنثى تجعلها أكثر حساسيةً للمشكلات وعدم القدرة على مواجهتها.

نتيجة السؤال الخامس في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير مكان السكن ؟

وينبثق من السؤال الخامس الفرض السادس للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير مكان السكن.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير مكان السكن، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف مكان السكن لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم(26).

جدول رقم (26)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير مكان السكن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.292	4	0.073	5.438	0.0003
داخل المجموعات	11.86	883	0.013		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (4،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.121

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (4،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.21

حيث يتَّضح من الجدول أن قيمة sig=0.0003 وهي أقل من α=0.05، وبالتالي سنرفض الفرضية الصفرية؛حيث يتَّضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير السكن.

و لمعرفة وجهة الفروق قام الباحث باستخدام اختبار (Scheffe' Test) كما هو موضح في الجدول رقم (27).

جدول رقم(27)

يوضح اختبار شيفيه للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير مكان السكن

السكن	رفح 1.428	خانيونس 1.385	الوسطى 1.485	غزة 1.42	الشمال 1.410
محافظة رفح 1.428	–				
محافظة خانيونس 1.385	0.199	–			
محافظة الوسطى 1.485	0.696	0.001	–		
محافظة غزة 1.42	0.992	0.034	0.147	–	
محافظة الشمال 1.410	0.904	0.447	0.940	0.940	–

حيث تبيَّن من خلال الجدول التالي رقم(27) وجود فروق في القلق الاجتماعي بين محافظة خانيونس وكل من محافظة (غزة – الوسطى) لصالح محافظة (غزة – الوسطى)، في حين لم تتضح الفروق بين المحافظات الأخرى.

و يعزو الباحث هذه النتيجة رغم تشابه الظروف التي يعيشها المجتمع الفلسطيني في محافظات غزة،قد ترجع طبيعة التركيبة السكانية لمحافظة خانيونس، التي تتميز بارتفاع عدد المواطنين(السكان الأصليين) في المحافظة مقارنة بعدد السكان اللاجئين التي تم تهجيرهم عام(1948)، و ما يتبع ذلك من علاقات اجتماعية مترابطة، و أسر ممتدة و صلات قرابة تسهم في التفاعل الاجتماعي، و انخفاض مستوى القلق الاجتماعي مقارنةً بباقي محافظات غزة، في حين تختلف التركيبة السكانية لكل من محافظة الوسطى ومحافظة غزة ،حيث تقل الأسر الممتدة،

وتسود الأسر النووية، وتتعقد الحياة الاجتماعية مقارنةً بمحافظة خانيونس؛ مما يؤدي إلى انخفاض مستوى التفاعل الاجتماعي و ارتفاع مستوى القلق الاجتماعي، كما يرى الباحث أن النتيجة السابقة قد ترجع إلى طبيعة الحياة الاجتماعية التي تتميز بالسهولة و اليسر التي تتميز بها محافظة خانيونس مقارنةً بمحافظتي الوسطى وغزة تسهم في حدوث التفاعل الاجتماعي وانخفاض القلق الاجتماعي .

<u>نتيجة السؤال السادس في الدراسة والذي ينص على ما يلي:</u>

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير مكان السكن ؟

وينبثق من السؤال السادس الفرض السابع للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير مكان السكن.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير مكان السكن، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرُّف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف مكان السَّكن لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم(28).

جدول رقم (28)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير مكان السكن

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	بين المجموعات	1.297	4	0.324	2.11	0.077
	داخل المجموعات	135.7	883	0.154		
	المجموع	137	887			
الفكرة الثانية	بين المجموعات	0.138	4	0.035	0.174	0.951
	داخل المجموعات	176.21	883	0.233		
	المجموع	176.4	887			

يتبع جدول رقم (28)

تابع جدول رقم (28)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الثالثة	بين المجموعات	0.623	4	0.156	1.048	0.381
	داخل المجموعات	131.3	883	0.149		
	المجموع	131.9	887			
الفكرة الرابعة	بين المجموعات	0.789	4	0.197	1.2	0.309
	داخل المجموعات	145.2	883	0.164		
	المجموع	145.9	887			
الفكرة الخامسة	بين المجموعات	1.297	4	0.324	2.1	0.073
	داخل المجموعات	135.7	883	0.154		
	المجموع	137	887			
الفكرة السادسة	بين المجموعات	4.143	4	1.036	5.99	0.000
	داخل المجموعات	152.7	883	0.173		
	المجموع	156.8	887			
الفكرة السابعة	بين المجموعات	4.329	4	1.082	6.585	0.000
	داخل المجموعات	145.1	883	0.164		
	المجموع	149.4	887			
الفكرة الثامنة	بين المجموعات	1.387	4	0.347	2.077	0.081
	داخل المجموعات	147.4	883	0.167		
	المجموع	148.7	887			
الفكرة التاسعة	بين المجموعات	0.139	4	0.035	0.174	0.951
	داخل المجموعات	176.2	883	0.2		
	المجموع	176.4	887			
الفكرة العاشرة	بين المجموعات	1.07	4	0.267	1.673	0.154
	داخل المجموعات	141.1	883	0.16		
	المجموع	142.2	887			
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	1.38	4	0.34	2.07	0.08
	داخل المجموعات	147.4	883	0.16		
	المجموع	148.7	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.422	4	0.106	2.259	0.061
	داخل المجموعات	41.26	883	0.047		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (4،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.121

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (4،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.21

حيث يتضح من الجدول رقم (28) أن قيمة sig=0.061 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيّة لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير مكان السكن على الدرجة الكلية للمقياس، فيما توجد الفروق ذات الدلالة الإحصائية على الفكرتين (القلق الزائد) و(تجنب المشكلات).

ويرى الباحث أن النتيجة التي توصلت إليها الدراسة والتي تدل على عدم وجود فروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير مكان السكن على الدرجة الكلية للمقياس قد ترجع إلى التقارب في نمط ومستوى الحياة والمعيشة بين أبناء الشعب الفلسطيني في محافظات غزة، ذو المساحة الصغيرة، الأمر الذي تكاد تنحصر فيه الفروق بين المناطق السكانية، ويزداد الاحتكاك والتواصل بين المحافظات ، كما أن جميع الطلبة يتلقون تنشئة اجتماعية متشابهة، مما يعني أنهم يشتركون و يتأثرون بنفس العوامل البيئية التي تسهم في مستوى الأفكار اللاعقلانية لديهم.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة أبو شعر(2007) ودراسة أبو جحجوح(2012) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير السكن.

- و لمعرفة وجهة الفروق في الفكرة (القلق الناتج عن الاهتمام الزائد) قام الباحث باستخدام اختبار (Scheffe' Test) كما هو موضح في الجدول رقم (29).

جدول رقم(29)

يوضح اختبار شيفيه للفكرة (القلق الناتج عن الاهتمام الزائد) من الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير مكان السَّكن

السكن	رفح 2.087	خانيونس 1.897	الوسطى 2.033	غزة 2.073	شمال غزة 2.031
رفح 2.087	–				
خانيونس 1.897	0.041	–			
الوسطى 2.033	0.969	0.022	–		
غزة 2.073	0.999	0.000	0.979	–	
شمال غزة 2.031	0.939	0.021	0.886	0.656	–

تبيَّن من خلال الجدول رقم(29) وجود فروق بين محافظة خانيونس وباقي المحافظات لصالح باقي المحافظات.

ويرى الباحث أن وجود فروق بين محافظة خانيونس وباقي المحافظات لصالح باقي المحافظات قد يرجع إلى طبيعة الحياة الاجتماعية التي تتميز بوجود الأسرة الممتدة و الصلات الوثيقة، و التكافل بين أفراد العائلة الواحدة، كما تتميز بارتفاع المستوى الاقتصادي المرتفع نتيجة العمل بالتجارة و امتلاك العائلات لمساحات كبيرة من الأراضي، في حين أن المحافظات الأخرى تتميز بارتفاع عدد سكان مخيمات اللاجئين الفلسطينيين، و صعوبة الحياة بها مما يؤدِّي إلى اهتمام الأفراد بتحسين ظروفهم و الخوف من الفشل في تحقيق ذلك.

- و لمعرفة وجهة الفروق في الفكرة **(تجنب المشكلات)** قام الباحث باستخدام اختبار (Scheffe' Test) كما هو موضح في الجدول رقم (30).

جدول رقم(30)

يوضح اختبار شيفيه للفكرة (تجنب المشكلات) من الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير مكان السكن

السكن	رفح 2.032	خانيونس 2.111	الوسطى 2.142	غزة 2.043	شمال غزة 2.022
رفح 2.032	-				
خانيونس 2.111	0.121	-			
الوسطى 2.142	0.323	0.325	-		
غزة 2.043	0.023	0.041	0.044	-	
شمال غزة 2.022	0.111	0.066	0.636	0.012	-

تبيَّن من خلال الجدول رقم(30) وجود فروق بين محافظة غزة وباقي المحافظات لصالح محافظة غزة.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة قد ترجع إلى أن كبر مساحة محافظة غزة و ارتفاع عدد السكان مقارنةً بباقي المحافظات، مما يجعل المشكلات أكثر تعقيداً وصعوبةً؛ مما يجعل الفرد يتجنب المشكلات بدلاً من مواجهتها.

<u>نتيجة السؤال السابع في الدراسة والذي ينص على ما يلي:</u>

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للطلبة ؟

وينبثق من السؤال السابع الفرض الثامن للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للطلبة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للطلبة، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف مكان السكن لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم(31):

جدول رقم (31)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.342	2	0.171	12.83	0.000
داخل المجموعات	11.81	885	0.013		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث يتضح من الجدول رقم (31) أن قيمة sig=0.000 وهي أقل من α=0.05، وبالتالي سنرفض الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية لدى بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة.

قام الباحث باستخدام اختبار (Scheffe' Test) لمعرفة وجهة الفروق لدى طلبة المرحلة الإعدادية لدى بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة على مقياس القلق الإجتماعي كما هو موضح في الجدول رقم (32).

جدول رقم(32)

يوضح اختبار شيفيه للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطالب

المستوى التعليم للطلبة	السابع 1.408	الثامن 1.442	التاسع 1.339
السابع 1.408	–		
الثامن 1.442	0.000	–	
التاسع 1.339	0.784	0.000	–

تبيَّن من خلال الجدول السابق رقم(32) وجود فروق بين طلبة الصف السابع والثامن لصالح طلبة الثامن، ووجود فروق بين طلبة الصف الثامن وطلبة الصف التاسع لصالح طلبة الصف الثامن، ويرى الباحث أن النتيجة السابقة قد ترجع إلى بداية ظهور التغيرات الجسمية في بداية مرحلة المراهقة مثل النمو الجسمي السريع أو اختلاف نبرة الصوت أو نمو الشعر في أنحاء الجسم؛ مما يجعل الفرد يشعر بأنه محط أنظار الآخرين مما يجعله يشعر بالقلق الاجتماعي، وقد يرجع وجود فروق في القلق الاجتماعي لصالح طلبة الصف الثامن عن طلبة الصف السابع و الصف التاسع رغم تشابه المرحلة الدراسية والنظم المدرسية و العوامل التربوية إلى طبيعة المناهج الدراسية للصف الثامن التي قد تقوم على تلقين المعلومات للطالب دون الاهتمام بالتأثير في الجوانب الاجتماعية للطلبة.

نتيجة السؤال الثامن في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للطلبة؟

وينبثق من السؤال الثامن الفرض التاسع:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للطلبة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للطلبة، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزَّة كما هو موضح بالجدول رقم(33).

جدول رقم (33)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA)للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطلبة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	بين المجموعات	0.265	2	0.132	0.857	0.424
	داخل المجموعات	136.7	885	0.154		
	المجموع	137	887			
الفكرة الثانية	بين المجموعات	0.263	2	0.131	0.75	0.472
	داخل المجموعات	155.1	885	0.175		
	المجموع	155.3	887			
الفكرة الثالثة	بين المجموعات	0.551	2	0.276	1.857	0.156
	داخل المجموعات	131.4	885	0.148		
	المجموع	131.9	887			
الفكرة الرابعة	بين المجموعات	0.561	2	0.281	1.707	0.181
	داخل المجموعات	145.4	885	0.164		
	المجموع	145.9	887			
الفكرة الخامسة	بين المجموعات	0.265	2	0.13	0.856	0.421
	داخل المجموعات	136.7	885	0.15		
	المجموع	137	887			

يتبع جدول رقم (33)

تابع جدول رقم (33)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة السادسة	بين المجموعات	0.046	2	0.023	0.13	0.878
	داخل المجموعات	156.8	885	0.177		
	المجموع	156.8	887			
الفكرة السابعة	بين المجموعات	0.561	2	0.28	1.667	0.189
	داخل المجموعات	148.9	885	0.168		
	المجموع	149.4	887			
الفكرة الثامنة	بين المجموعات	1.651	2	0.825	4.966	0.007
	داخل المجموعات	147.1	885	0.166		
	المجموع	148.7	887			
الفكرة التاسعة	بين المجموعات	0.292	2	0.146	0.735	0.48
	داخل المجموعات	176.1	885	0.199		
	المجموع	176.4	887			
الفكرة العاشرة	بين المجموعات	0.056	2	0.028	0.175	0.839
	داخل المجموعات	142.2	885	0.161		
	المجموع	142.2	887			
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	0.647	2	0.324	2.044	0.130
	داخل المجموعات	140.1	885	0.158		
	المجموع	140.8	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.12	2	0.06	1.274	0.280
	داخل المجموعات	41.57	885	0.047		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الحدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

يتبيَّن من خلال الجدول رقم(33) أن قيمة sig=0.280 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للطالب لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة.

ويعزو الباحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية وفقاً للسنة الدراسية قد يرجع إلى أن الأفكار اللاعقلانية تتكون لدى الفرد عبر تسلسل حياته اليومي والتي تعود في الغالب إلى طفولته الأولى و تنشئته الاجتماعية أحياناً، وبالتالي فإنه لا يتبنى أفكارا لاعقلانية خلال فترة وجيزة لا تتعدى ثلاث سنوات، حتى أن طلبة الصف السابع و الذين يمثلون 34.12 % من أفراد هذه العينة لم يكن له سوى شهرين في المرحلة الإعدادية.

و تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة الزهراني(2010) و دراسة أبو جحجوح(2012) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تبعاً للمستوى التعليمي للطالب، و تختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة أبو شعر(2007) و دراسة العريني(2008) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية تبعاً للمستوى التعليمي للطالب.

نتيجة السؤال التاسع في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأب ؟

وينبثق من السؤال التاسع الفرض العاشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأب.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأب، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار(One Way Anova) للتعرُّف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي للأب لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم (34).

جدول رقم (34)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.03	2	0.01	1.094	0.335
داخل المجموعات	12.12	885	0.01		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث تبيَّن من الجدول السابق رقم (34) أن قيمة sig=0.335 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتَّضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلى تشابه أساليب المعاملة الوالدية لدى غالبية أبناء الشعب الفلسطيني القائمة على توجيه الصغار إلى أساليب التعامل الاجتماعي السليم، وتوجيههم إلى كيفية تحقيق التفاعل العام الناجح، الذي يسهم في عملية التنشئة الاجتماعية السليمة، ومما يدعم أهمية التوجيه والإرشاد أن الشخص يولد وهو خالٍ من الهاديات، التي تحدد كيفية تعامله مع الأشخاص والأشياء والمواقف؛ ومن ثَّم تكون التنشئة هي الوسيلة، التي تزوده بتلك الهاديات، و ذلك بغض النظر عن المستوى التعليمي للأب.

<u>نتيجة السؤال العاشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:</u>

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأب ؟

وينبثق من السؤال العاشر الفرض الحادي عشر:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأب.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأب، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي للأب لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم (35).

جدول رقم (35)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	بين المجموعات	0.164	2	0.08	0.531	0.588
	داخل المجموعات	136.8	885	0.15		
	المجموع	137	887			
الفكرة الثانية	بين المجموعات	0.274	2	0.14	0.781	0.458
	داخل المجموعات	155.1	885	0.18		
	المجموع	155.3	887			
الفكرة الثالثة	بين المجموعات	0.306	2	0.15	1.03	0.357
	داخل المجموعات	131.6	885	0.15		
	المجموع	131.9	887			
الفكرة الرابعة	بين المجموعات	0.904	2	0.45	2.757	0.064
	داخل المجموعات	145	885	0.16		
	المجموع	145.9	887			
الفكرة الخامسة	بين المجموعات	0.416	2	0.21	1.252	0.286
	داخل المجموعات	146.9	885	0.17		
	المجموع	147.3	887			
الفكرة السادسة	بين المجموعات	1.678	2	0.84	4.787	0.009
	داخل المجموعات	155.1	885	0.18		
	المجموع	156.8	887			
الفكرة السابعة	بين المجموعات	0.227	2	0.11	0.674	0.51
	داخل المجموعات	149.2	885	0.17		
	المجموع	149.4	887			
الفكرة الثامنة	بين المجموعات	0.152	2	0.08	0.452	0.637
	داخل المجموعات	148.6	885	0.17		
	المجموع	148.7	887			
الفكرة التاسعة	بين المجموعات	0.22	2	0.11	0.553	0.576
	داخل المجموعات	176.1	885	0.2		
	المجموع	176.4	887			

يتبع جدول رقم (35)

تابع جدول رقم (35)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة العاشرة	بين المجموعات	1.023	2	0.51	3.207	0.041
	داخل المجموعات	141.2	885	0.16		
	المجموع	142.2	887			
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	0.132	2	0.07	0.417	0.659
	داخل المجموعات	140.6	885	0.16		
	المجموع	140.8	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.112	2	0.06	1.191	0.304
	داخل المجموعات	41.57	885	0.05		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887)وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث تبيَّن من خلال الجدول رقم (35) أنَّ قيمة sig=0.304 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانيَّة لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأب.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أن الأفكار اللاعقلانية ترجع إلى التعلم المبكر غير المنطقي التي يكتسبها الطلبة من البيئة المحيطة و وسائل الإعلام و الثقافة السائدة، التي تتشابه في في المجتمع الواحد، و ذلك بغض النظر عن المستوى التعليمي للأب.

<u>نتيجة السؤال الحادي عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:</u>

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأم ؟

وينبثق من السؤال الحادي عشر الفرض الثاني عشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأم.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأم، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي للأم لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم (36).

جدول رقم (36)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.035	2	0.02	1.273	0.280
داخل المجموعات	12.11	885	0.01		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث يتبيَّن من خلال الجدول السابق رقم (36) أن قيمة sig=0.280 وهي أكبر من $\alpha=0.05$، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتَّضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلي نظام السلطة والرقابة في المجتمع الفلسطيني للأب، والذي يعطيه الحق بالتصرف في جميع شئون الأسرة كيفما يشاء، وفي المقابل نجد أن دور الأم عادي من حيث الاهتمام والتوجيه والإرشاد لأبنائها .

كما يري الباحث أن عمل الأم الشاق والمتواصل علي مدار اليوم داخل المنزل لا يعطيها الفرصة للجلوس مع أبنائها و رعايتهم والتخفيف من حدة القلق الاجتماعي، حيث لا توجد خبرات سابقة لها في هذا المجال، كذلك خروج للعمل خارج البيت لا يعطيها الفرصة للتوفيق بين مطالب العمل ومطالب وحاجات أبنائها

نتيجة السؤال الثاني عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير المستوى التعليمي للأم ؟

وينبثق من السؤال الثاني عشر الفرض الثالث عشر التالية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير المستوى التعليمي للأم.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير المستوى التعليمي للأم، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف المستوى التعليمي للأم لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم (37).

جدول رقم (37)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	بين المجموعات	0.031	2	0.02	0.099	0.906
	داخل المجموعات	137	885	0.15		
	المجموع	137	887			
الفكرة الثانية	بين المجموعات	0.092	2	0.05	0.262	0.77
	داخل المجموعات	155.3	885	0.18		
	المجموع	155.3	887			
الفكرة الثالثة	بين المجموعات	0.608	2	0.3	2.049	0.129
	داخل المجموعات	131.3	885	0.15		
	المجموع	131.9	887			
الفكرة الرابعة	بين المجموعات	0.799	2	0.4	2.436	0.088
	داخل المجموعات	145.1	885	0.16		
	المجموع	145.9	887			

يتبع جدول رقم (37)

تابع جدول رقم (37)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الخامسة	بين المجموعات	0.534	2	0.27	1.61	0.2
	داخل المجموعات	146.8	885	0.17		
	المجموع	147.3	887			
الفكرة السادسة	بين المجموعات	0.22	2	0.11	0.622	0.537
	داخل المجموعات	156.6	885	0.18		
	المجموع	156.8	887			
الفكرة السابعة	بين المجموعات	0.099	2	0.05	0.293	0.746
	داخل المجموعات	149.3	885	0.17		
	المجموع	149.4	887			
الفكرة الثامنة	بين المجموعات	0.456	2	0.23	1.361	0.257
	داخل المجموعات	148.3	885	0.17		
	المجموع	148.7	887			
الفكرة التاسعة	بين المجموعات	0.734	2	0.37	1.85	0.158
	داخل المجموعات	175.6	885	0.2		
	المجموع	176.4	887			
الفكرة العاشرة	بين المجموعات	0.139	2	0.07	0.433	0.649
	داخل المجموعات	142.1	885	0.16		
	المجموع	142.2	887			
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	0.714	2	0.36	2.257	0.105
	داخل المجموعات	140	885	0.16		
	المجموع	140.8	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.203	2	0.1	2.163	0.116
	داخل المجموعات	41.48	885	0.05		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث يتبيَّن من خلال الجدول رقم(37) أن قيمة sig=0.116 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية، حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي للأم.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلى طبيعة غالبية الأمهات الفلسطينيات ،التي تريد أن يكون ابنها مصدر فخرٍ لها؛ فتربي أبناءها على القيم النبيلة و الأخلاق السامية ،التي تسهم في نحت قالب شخصية الابن بما فيه من معتقدات و قيم و اتجاهات تتفق مع المجتمع ،ويكون ذلك بغض النظر عن المستوى التعليمي للأم.

نتيجة السؤال الثالث عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير حجم الأسرة ؟

وينبثق من السؤال الثالث عشر الفرض الرابع عشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير حجم الأسرة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير حجم الأسرة، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرُّف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف حجم الأسرة لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم(38):

جدول رقم (38)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير حجم الأسرة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.004	2	0	0.142	0.867
داخل المجموعات	12.14	885	0.01		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الحدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

تبيّن من خلال الجدول السابق رقم(38) أن قيمة sig=0.867 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير حجم الأسرة.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلى تشابه طبيعة التنشئة الاجتماعية لدى معظم أسرنا الفلسطينية كبر حجمها أم صغر وخصوصاً في هذه المرحلة العمرية التي يحتاج فيها الطفل إلى المحبة والحنان و إظهار الحب؛ مما يشجعه على المبادرة و الاقدام بإثرائه و المهارات و المعايير التي يقرها المجتمع ؛مما يؤدي إلى قبولهم و تفاعلهم اجتماعياً.

نتيجة السؤال الرابع عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد ذات دلالة إحصائية فروق في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير حجم الأسرة ؟

وينبثق من السؤال الرابع عشر الفرض الخامس عشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير حجم الأسرة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير حجم الأسرة، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف حجم الأسرة لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح بالجدول رقم(39).

جدول رقم (39)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير حجم الأسرة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الأولى	بين المجموعات	0.031	2	0.02	0.099	0.906
	داخل المجموعات	137	885	0.15		
	المجموع	137	887			
الفكرة الثانية	بين المجموعات	0.31	2	0.15	0.885	0.413
	داخل المجموعات	155	885	0.18		
	المجموع	155.3	887			
الفكرة الثالثة	بين المجموعات	0.056	2	0.03	0.189	0.828
	داخل المجموعات	131.9	885	0.15		
	المجموع	131.9	887			

يتبع جدول رقم (39)

تابع جدول رقم (39)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الرابعة	بين المجموعات	0.023	2	0.01	0.071	0.932
	داخل المجموعات	145.9	885	0.16		
	المجموع	145.9	887			
الفكرة الخامسة	بين المجموعات	0.016	2	0.01	0.049	0.952
	داخل المجموعات	147.3	885	0.17		
	المجموع	147.3	887			
الفكرة السادسة	بين المجموعات	0.227	2	0.11	0.643	0.526
	داخل المجموعات	156.6	885	0.18		
	المجموع	156.8	887			
الفكرة السابعة	بين المجموعات	0.521	2	0.26	1.548	0.213
	داخل المجموعات	148.9	885	0.17		
	المجموع	149.4	887			
الفكرة الثامنة	بين المجموعات	0.379	2	0.19	1.13	0.323
	داخل المجموعات	148.4	885	0.17		
	المجموع	148.7	887			
الفكرة التاسعة	بين المجموعات	0.524	2	0.26	1.32	0.268
	داخل المجموعات	175.8	885	0.2		
	المجموع	176.4	887			
الفكرة العاشرة	بين المجموعات	0.038	2	0.02	0.118	0.888
	داخل المجموعات	142.2	885	0.16		
	المجموع	142.2	887			
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	0.453	2	0.23	1.429	0.24
	داخل المجموعات	140.3	885	0.16		
	المجموع	140.8	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.054	2	0.03	0.571	0.565
	داخل المجموعات	41.63	885	0.05		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

تبين من خلال الجدول رقم (39) أن قيمة sig=0.565 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية، حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير حجم الأسرة.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلى بتشابه وسائط التنشئة الاجتماعية للأبناء لدى غالبية أبناء الشعب الفلسطيني ، فالأبناء يتلقون من الأسرة مختلف المهارات والمعارف الأولية ، التي تسهم في تشكيل اتجاهات و قيم و معتقدات الأبناء ، بغض النظر عن حجم الأسرة كبر حجمه أم صغر، فجميع أفراد الأسرة في ميزان واحد ولكل منهم نصيبه من الرعاية و الاهتمام، ولهم الحق في التنشئة السليمة المتساوية.

نتيجة السؤال الخامس عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الترتيب الولادي للطلبة ؟

وينبثق من السؤال الخامس عشر الفرض السادس عشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الترتيب الولادي للطلبة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير الترتيب الولادي للطلبة، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لاختلاف الترتيب الولادي لدى طلبة المرحلة الإعدادية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضح في الجدول رقم(40).

جدول رقم (40)

نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للقلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الترتيب الولادي للطلبة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
بين المجموعات	0.001	2	0	0.028	0.973
داخل المجموعات	12.15	885	0.01		
المجموع	12.15	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

تبيَّن من خلال الجدول السابق رقم(40) أن قيمة sig=0.973 وهي أكبر من α=0.05 وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية؛ حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الترتيب الولادي للطلبة.

و يعزو الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع إلى أسلوب المعاملة الوالدية السائد في مجتمعنا المسلم القائم على المساواة بين جميع الأبناء وخصوصا المساواة في الاصغاء والاستماع و المعاملة؛ لتلبية حاجة الأبناء إلى الاستماع إليهم والاهتمام بهم – و خصوصاً في هذه المرحلة العمرية– دون تمييز حسب الترتيب الولادي للطلبة، مما يؤدي إلى ثقتهم بأنفسهم، وتفاعلهم مع من حولهم، وتدني مستوى القلق الاجتماعي لديهم.

نتيجة السؤال السادس عشر في الدراسة والذي ينص على ما يلي:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلى متغير الترتيب الولادي للطلبة ؟

وينبثق من السؤال السادس عشر الفرض السابع عشر للدراسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى إلي متغير الترتيب الولادي للطلبة.

لمعرفة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى لمتغير الترتيب الولادي، قام الباحث بحساب المتوسط والانحراف المعياري، واستخدم الباحث اختبار (One Way Anova) للتعرف إلى الفروق في مقياس الأفكار اللاعقلانية تبعاً لاختلاف الترتيب الولادي لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة كما هو موضَّح في الجدول رقم(41).

جدول رقم (41)

يوضّح نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) للأفكار اللاعقلانية تبعاً لمتغير الترتيب الولادي للطلبة

<table>
<tr><th>المجالات</th><th>مصدر التباين</th><th>مجموع المربعات</th><th>درجات الحرية</th><th>متوسط المربعات</th><th>قيمة F</th><th>مستوى الدلالة</th></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الأولى</td><td>بين المجموعات</td><td>0.014</td><td>2</td><td>0.01</td><td rowspan="3">0.045</td><td rowspan="3">0.956</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>137</td><td>885</td><td rowspan="2">0.15</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>137</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الثانية</td><td>بين المجموعات</td><td>0.232</td><td>2</td><td>0.12</td><td rowspan="3">0.661</td><td rowspan="3">0.517</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>155.1</td><td>885</td><td rowspan="2">0.18</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>155.3</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الثالثة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.165</td><td>2</td><td>0.08</td><td rowspan="3">0.555</td><td rowspan="3">0.574</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>131.7</td><td>885</td><td rowspan="2">0.15</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>131.9</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الرابعة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.381</td><td>2</td><td>0.19</td><td rowspan="3">1.159</td><td rowspan="3">0.314</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>145.6</td><td>885</td><td rowspan="2">0.16</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>145.9</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الخامسة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.034</td><td>2</td><td>0.02</td><td rowspan="3">0.102</td><td rowspan="3">0.903</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>147.3</td><td>885</td><td rowspan="2">0.17</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>147.3</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة السادسة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.313</td><td>2</td><td>0.16</td><td rowspan="3">0.884</td><td rowspan="3">0.413</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>156.5</td><td>885</td><td rowspan="2">0.18</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>156.8</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة السابعة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.122</td><td>2</td><td>0.06</td><td rowspan="3">0.363</td><td rowspan="3">0.696</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>149.3</td><td>885</td><td rowspan="2">0.17</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>149.4</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة الثامنة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.139</td><td>2</td><td>0.07</td><td rowspan="3">0.413</td><td rowspan="3">0.662</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>148.6</td><td>885</td><td rowspan="2">0.17</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>148.7</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة التاسعة</td><td>بين المجموعات</td><td>1.379</td><td>2</td><td>0.69</td><td rowspan="3">3.486</td><td rowspan="3">0.031</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>175</td><td>885</td><td rowspan="2">0.2</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>176.4</td><td>887</td></tr>
<tr><td rowspan="3">الفكرة العاشرة</td><td>بين المجموعات</td><td>0.01</td><td>2</td><td>0.01</td><td rowspan="3">0.032</td><td rowspan="3">0.969</td></tr>
<tr><td>داخل المجموعات</td><td>142.2</td><td>885</td><td rowspan="2">0.16</td></tr>
<tr><td>المجموع</td><td>142.2</td><td>887</td></tr>
</table>

يتبع جدول رقم (41)

تابع جدول رقم (41)

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة
الفكرة الحادية عشرة	بين المجموعات	0.55	2	0.27	1.735	0.177
	داخل المجموعات	140.2	885	0.16		
	المجموع	140.8	887			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.005	2	0	0.048	0.953
	داخل المجموعات	41.68	885	0.05		
	المجموع	41.69	887			

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.01) = 4.71

قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية (2،887) وعند مستوى دلالة (0.05) = 3.04

حيث يتَّضح من الجدول رقم (41) أن قيمة sig=0.953 وهي أكبر من α=0.05، وبالتالي سنقبل الفرضية الصفرية، حيث يتضح أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تبعاً لمتغير الترتيب الولادي.

و يفسر الباحث النتيجة السابقة إلى أنها قد ترجع أسلوب المعاملة الوالدية السائد في مجتمعنا نتيجة انتشار مستوى التدين و زيادة وعي الآباء و الأمهات بأدوارهم تجاه أبنائهم دون تمييز بينهم حسب الترتيب الولادي، وذلك كمحاولة لفهم دواخلهم، ومعرفة احتياجاتهم وردود أفعالهم، والشعور الداخلي لديهم، وكذلك انتشار مستوى التعليم لدى الأبناء، مما أدى بهم إلى أن يكونوا مناقشين لآبائهم بفهم ووعي عميق.

التوصيات والمقترحات

على ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذه الدراسة يود الباحث أن يتقدم بمجموعة من التوصيات و المقترحات التي قد تفيد العاملين و المهتمين و الباحثين في مجال الارشاد النفسي وكذلك التربويين و أولياء الأمور و يلخصها الباحث فيما يلي:

أولاً: التوصيات:

1. تدريب المرشدين التربويين على أساليب خفض القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية عند الأطفال.
2. تنمية التفكير العقلاني لدى الطلبة من خلال المناهج الدراسية و الأنشطة و ذلك للحد من كلٍ من القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية.
3. تطوير المناهج و الأنشطة التربوية بشكل أكثر ملاءمة مع المرحلة العمرية والخصائص النفسية للطلبة.
4. تقديم خدمات ارشادية نوعية مخصصة للطلبة وخصوصاً الطالبات لتفنيد الأفكار اللاعقلانية.

ثانياً: المقترحات:

1. الاهتمام بدراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية لدى شرائح أخرى من المجتمع الفلسطيني.
2. بناء برنامج إرشادي يعتمد على النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية لعلاج القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الإعدادية.
3. دراسة أثر أساليب المعاملة الوالدية على انتشار كلٍ من القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية.
4. دراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي و متغيرات نفسية أخرى كأزمة الهوية و مفهوم الذات.
5. دراسة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية و متغيرات نفسية أخرى كسمات الشخصية و جودة الحياة.

المصادر والمراجع

أولاً: قائمة المصادر:

1. **القرآن الكريم.**
2. **السنة النبوية الشريفة.**

ثانياً: قائمة المراجع:

أ- المراجع العربية:

1. إبراهيم،محمود(1992).**دراسة فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في حل بعض مشكلات المراهقة لطلاب المرحلة الثانوية**،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة عين شمس: القاهرة.
2. ابن منظور(1998).**قاموس لسان العرب**.القاهرة: دار المعارف.
3. أبو زيد،مدحت(2008).**علم نفس الطفل والخوف و الرهاب لدى الاطفال** .الإسكندرية :دار المعرفة الجامعية.
4. أبو شعر،عبد الفتاح(2007).**الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية وعلاقتها ببعض المتغيرات**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،الجامعة الإسلامية،غزة.
5. أبو علام،رجاء(1999).**استخبارات الشخصية**،ط 2،الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
6. أبو عيطة،سهام (2004).**فاعلية برنامج إرشادي جمعي لتحسين التوافق النفسي ومفهوم الذات لدى الأطفال المساء إليهم**،رسالة ماجستير غير منشورة،الجامعة الهاشمية،المملكة الأردنية الهاشمية.
7. أبوجحجوح، ضياء(2012).**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة**،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية، الجامعة الإسلامية،غزة.
8. أحمان،لبنى(2005).**الكف المناعي المكتسب و علاقته بكل من المعتقدات اللاعقلانية و أسلوب الاستقلال / الاعتماد على المجال الادراكي**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية الاداب،جامعة الحاج لخضر،كلية الاداب و العلوم الانسانية،الجزائر.
9. أحمد،أحمد (1993).**مدى فاعلية برنامج للتدريب على المهارات الإجتماعية و العلاج السلوكي المعرفي في تخفيف الفوبيا الاجتماعية لدى طلبة الجامعة**.رسالة دكتوراة غير منشورة،كلية التربية،جامعة طنطا،مصر.

10. أحمد،عبد الله(2004).**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمي مدينة تعز**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية،جامعة صنعاء،اليمن.
11. إسماعيل،رشاد(2008).**فاعلية برنامج إرشادي يستند إلى النظرية العقلانية الانفعالية السلوكية في خفض مستوى الاكتئاب لدى عينة من طلبة جامعة صنعاء**.رسالة ماجستير غير منشورة جامعة عمان العربية، المملكة الأردنية الهاشمية.
12. الأشقر،هيفاء(2004).**أثر برنامج علاجي عقلاني-انفعالي -سلوكي جمعي في خفض قلق التحدث أمام الأخريات لدى عينة من طالبات الإقامة الداخلية بجامعة الملك سعود**،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية، جامعة الملك سعود،الرياض.
13. الأغا،إحسان(1997).**البحث التربوي(عناصره، مناهجه، أدواته)**.ط2،غزة:مطبعة المقداد.
14. الأنصاري،سامية ومرسي،جليلة(2007).الأفكاراللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك العدواني في ضوء بعض اساليب المعاملة الوالدية في مرحلة الطفولة المتأخرة.**مجلة دراسات الطفولة، (36 10)**، 25–61 .
15. باترسون،س. هـ(1992).**نظريات الإرشاد و العلاج النفسي** (ترجمة حامد الفقي).الكويت:دار القلم .
16. بدر،فائقة(2005).مفهوم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة بالمملكة العربية السعودية. **مجلة كلية التربية –جامعة طنطا،1 (34)**، 228 –258 .
17. بدوي،زينب(2009).عمليات تجهيز المعلومات و علاقاتها بالقلق الاجتماعي و الدافعية الاجتماعية.**مجلة كلية التربية : التربية وعلم النفس (جامعة عين شمس)،3 (33)**، 9-82.
18. البراق،فطوم(2008).**التفكير اللاعقلاني وعلاقته بتقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعات بالمدينة المنورة**،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة طيبة،المملكة العربية السعودية.
19. البنا،عادل(2002).مخاوف الاتصال الشفهي و علاقتها بالقلق الاجتماعي و اساليب التعلم لدى عينة من طلاب اللغة الانجليزية بكلية التربية.**مجلة مستقبل التربية العربية،8(27)**،9-84.
20. البناء،حياة(2006).القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت.**مجلة دراسات نفسية،16(2)**،291-311.
21. البنوي،منى(2005).**التسرب الدراسي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية**،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة مؤتة.الأردن.

22. الجلبي،قتيبة و اليحيا،فهد (1416 هـ).**العلاج النفسي و تطبيقاته في المجتمع العربي**. الرياض:الإعلامية للنشر والتوزيع .

23. جمال،سلوى(1997).**أثر البرامج الارشادية في خفض القلق الاجتماعي لدى الطلبة الجدد في المعهد التقني**.رسالة دكتوراة غير منشورة،جامعة البصرة:العراق.

24. الجوفي،سامي(2004).**التفكير غير العقلاني وعلاقته ببعض أساليب المعاملة الوالدية المدركة**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة الملك سعود.

25. الجوهي،عبد الله(1419هـ).**أثر برنامج التدريب في تخفيض القلق لدى عينة من معتمدي الهروين**.رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة الملك فيصل،الإحساء،المملكة العربية السعودية.

26. حسانين،أحمد(2000). **قلق المستقبل و قلق الامتحان و علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلاب الصف الثاني الثانوي** .رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة المنيا،مصر.

27. حسن،عبد الحميد والجمالي،فوزية(2003).الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس.**مجلة العلوم التربوية،ع4**، 195-231.

28. حسين،طه (2007).**العلاج النفسي المعرفي**. ط1 ،الإسكندرية: دار الوفاء.

29. حسين،طه(2009).**استراتيجيات الخجل و القلق الاجتماعي**.عمان: دار الفكر.

30. الحسين،أسماء(2002).**المدخل الميسر إلي الصحة النفسية والعلاج النفسي**،ط1،الرياض: دار عالم الكتب.

31. حفني،قدري(2005). الوجه السياسي للعلاج العقلاني :اللاعقلانية في المجتمع العربي .**مجلة الخدمة النفسية،جامعة عين شمس،1(1)**،190-260.

32. حمزة ،دعاء **(**2004**). فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في خفض حدة السلوك العدواني لدى الأطفال المحرومين أسرياً**. رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة طنطا، مصر.

33. حمودة،محمود(2005).**أسرار النفس**.الكويت: مكتبة دار الوفاء.

34. الحموري،فراس(2009).العلاقة بين أساليب التفكير والأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة اليرموك.**مجلة العلوم التربوية –جامعة دمشق،10(3)**،35-59.

35. الخفاجي،زينب والشاوي،زينب(2009).أثر التربية العملية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة.**مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية و النفسية.ع69**،1-18.

36. خليل،حذام(2009).أثر القلق الاجتماعي في رسوم الأطفال فاقدي الأب.**مركز أبحاث الطفولة والأمومة**.جامعة ديالي،العراق.

37. دانيال،عفاف(2012).المساندة الاجتماعية و علاقتها بالافكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الصف الاول من المرحلة الثانوية،**مجلة دراسات عربية في علم النفس،11(1)** ،153-202.
38. الداهري،صالح و العبيدي،ناظم(1999).**الشخصية والصحة النفسية**.القاهرة:دار الكندي.
39. داوود،نسيمة(2001).فعالية برنامج إرشادي يستند على الاتجاه العقلاني الانفعالي في خفض التوتر وتحسين التفكير العقلاني لدى طالبات الصف العاشر .**مجلة دراسات العلوم النفسية والتربوية،(28) 2**،289 -311.
40. دردير،نشوة(2010).**أساليب مواجهة الضغوط الناتجة عن الأحداث الحياتية لدى طلبة الجامعة**. رسالة دكتوراة غير منشورة،قسم الإرشاد النفسي،جامعة القاهرة:القاهرة .
41. الدسوقي،راوية(1995).فاعلية الذات وعلاقات بأحداث الحياة الضاغطة وبعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقات،**مجلة كلية التربية**، جامعة الزقازيق،**ع24**،91-19.
42. دويدار،عبد الفتاح(2004).**علم نفس الشخصية**.الكويت: مكتبة المنار الاسلامية.
43. رضوان، سامر(2002).**الصحة النفسية**،الطبعة الأولي،عمان:دار المسيرة.
44. رضوان،سامر(2001).القلق الاجتماعي:دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية.**مجلة مركز البحوث التربوية،ع19**،47-77.
45. الرفاعي،نعيم(1987).**الصحة النفسية** مكتبةجامعة دمشق:دمشق .
46. روبرت ليهي(2006).**العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية**(ترجمة جمعة يوسف، محمد الصبوة) .القاهرة : دار إتراك.
47. الريحاني،سليمان(1985).تطويراختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية للطلبة الجامعيين باستخدام الصبغة العربية لقائمة المعتقدات اللاعقلانية.**مجلة دراسات (العلوم التربوية)، 12(11)**،77 - 95.
48. زعفان،عزة(2002).**الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من الأطفال وعلاقتها ببعض المتغيرات الثقافية في المرحلة العمرية من (15-11)سنة**.رسالة دكتوراه غير منشورة،جامعة عين شمس،معهد الدراسات العليا للطفولة.
49. زهران، حامد(2010).**الصحة النفسية والعلاج النفسي**،ط3،عالم الكتب:القاهرة.
50. زهران،محمد(2000).**الإرشاد النفسي المصغر**.ط 1،القاهرة:عالم الكتب.
51. الزهراني،حسن(2010).**الأفكار اللاعقلانية و علاقتها بادارة الوقت لدى عينة من طلاب جامعة حائل**.رسالة دكتوراة غير منشورة، جامعة أم القرى، كلية التربية.

52. الزهراني،فطوم(2008). **الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بإدارة الوقت لدى عينة من طلاب جامعة حائل**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة أم القرى،المملكة العربية السعودية.

53. الزيات، فتحى(1995).**الأسس المعرفية للتكوين العقلى وتجهيز المعلومات**.ط2، الكويت:مؤسسة الكويت للتقدم العلمى.

54. الزيود،نادر(1998). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**،ط 1،عمان: دار الفكر.

55. ستيهان،ديفيد(1989).القلق. ترجمة عزت شعلان،سلسلة عالم المعرفة،الكويت

56. سعد،علي(1994).**علم الشذوذ النفسي**،دمشق:منشورات جامعة دمشق.

57. سعيد، ئآسوا(2005).**أثر توكيد الذات في تنمية فاعلية الذات للطلبة ذوي القلق الاجتماعي في المرحلة الجامعية**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،الجامعة المستنصرية.

58. السمالوطي،نبيل(1984).**الإسلام وقضايا علم النفس الحديث**،جدة:دار الشروق.

59. السيد،عثمان (2001).**القلق وإدارة الضغوط النفسية**،ط1،القاهرة: دار الفكر العربي.

60. السواط،وصل الله(2010).**فاعلية برنامج إرشادي سلوكي معرفي في تحسين مستوى النضج المهني وتنمية مهارة اتخاذ القرار المهني لدى طلاب الصف الأول الثانوي بمحافظة الطائف**.رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة أم القرى،الرياض.

61. شاهين،محمد وحمدي،محمد (2007).درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة و علاقتها بالتفكير اللاعقلاني و فعالية برنامج ارشادي عقلاني انفعالي في تحسينها . **مجلة جامعة القدس المفتوحة للابحاث و الدراسات،ع14**،11-60.

62. شحاتة،سماح(2006).**الأفكار اللاعقلانية لدى المديرين ذوي الاضطرابات النفسجسمية**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية الاداب،جامعة المنصورة،مصر.

63. الشربيني،زكريا(2005).الأفكار اللاعقلانية وبعض مصادر اكتسابها دراسة على عينة من طالبات الجامعة.**مجلة دراسات نفسية،15 (4)**،531 -567.

64. شعبان،عبد ربه(2010).**الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصرياً**. رسالة ماجستير غير منشورة،الجامعة الإسلامية،غزة.

65. الشناوي،محمد(1994).**نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**.القاهرة:دارغريب

66. الشناوي،محمد(1996).**العملية الإرشادية**.القاهرة:دار غريب للنشر و التوزيع.

67. الشناوي محمد(2000).**نظريات الإرشاد والعلاج النفسي**.القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

68. الشناوي،محمد وعبدالرحمن،محمد(1998).**العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته،** القاهرة:دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
69. شوبو،طاهر(1995).**الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات وعلاقتها بالضغوط النفسية وأساليب التعامل معها**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،الجامعة المستنصرية،بغداد.
70. الشويعر،طريفة(1988).**الإيمان بالقضاء و القدر و أثره على القلق النفسي**.جدة :دارالبيان العربي.
71. الصائغ،ابتسام(2004).**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بمستوى التفكير التجريدي والمهارات الاجتماعية والفاعلية الذاتية**"دراسة وصفية ارتباطيه مقارنة بين عينة من الطالبات والطلاب **بالمرحلة الجامعية بمدينة جدة**.رسالة دكتوراه غير منشورة،جدة،كلية التربية للبنات،جدة.
72. صالح،عواطف(2006).الخواف الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية وموضع الضبط الوالدي في مرحلة المراهقة المبكرة.**مجلة كليةالآداب –جامعة المنصورة ،ع39**،458–522.
73. الصباح،سهير والحموز،عايد(2007).الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين.**مجلة اتحاد الجامعات العربية،ع49** ،279-329.
74. الصقهان،ناصر(2005). **تقييم فعالية العلاج العقلاني الانفعالي في خفض درجة القلق والأفكار اللاعقلانية لدى مدمني المخدرات**.رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.الرياض.
75. طلبة،وئام(2010).علاقة الضغوط النفسية بالأفكار اللاعقلانية لدى الشباب من الجنسين. **مجلة الارشاد النفسي، العدد26**،190-130.
76. العاسمي،رياض(2010). تناقضات إدراك الذات وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب جامعة دمشق.**مجلة أبحاث البصرة(العلوم الإنسانية)،35(2)**،65-99.
77. العاسمي،رياض والضبع،فتحي(2011).استراتيجيات تقديم الذات وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة دراسة مقارنة على عينات مصرية سورية.**مجلة كلية التربية بالزقازيق ،ع73**،101-155.
78. عامر، عبدالحفيظ(2005).**العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من التوتر و الغضب و الأرق عند طلبة الجامعة و أثر برنامج ارشادي في خفضها**.رسالة دكتوراة غير منشورة،جامعة عمان التربوية للدراسات العليا، كلية الدراسات التربوية العليا.
79. عبد الخالق،أحمد والنيال،مايسة(1996). سن اليأس وعلاقته بكل من الاكتئاب والقلق والمخاوف لدى عينتين من العاملات وغير العاملات.**مجلة علم النفس،3(5)**،7-36.

80. عبد الرحمن،محمود وسيد،عبد الله(1994)الأفكار اللاعقلانية لدى الأطفال والمراهقين وعلاقتها بكل من حالة وسمة القلق ومركز التحكم.**مجلة دراسات نفسية ،4 (3)**،32-67.
81. عبد الستار،إبراهيم والدخيل،عبد العزيز و رضوي، إبراهيم(1993).العلاج السلوكي للطفل :أساليبه ونماذج من حالاته.**سلسلة عالم المعرفة،ع180.**
82. عبد العزيز،مفتاح(2001).**علم النفس العلاجي اتجاهات حديثة الطبعة الأولى**.القاهرة :دار قباء للطباعة و النشر و التوزيع.
83. عبد العال،فتحية(2006).القلق الاجتماعي لدى ضحايا مشاغبة الأقران في البيئة المدرسية. **مجلة كلية التربية–جامعة بنها،ع68**،45-92.
84. عبد الغفار،عبد السلام(1976).**مقدمة في علم النفس**.بيروت:دار النهضة العربية.
85. عبد الغفار،عبد السلام(1981).**مقدمة في الصحة النفسية**.القاهرة:دارالنهضة العربية.
86. عبد الغفار،غادة(2007).الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدي عينة من طلاب الجامعة .**مجلة دراسات نفسية،17(13)**،332-353.
87. العريني،صلاح(2008).الأفكار اللاعقلانية و علاقتها بالتكيف الاكاديمي لدى طلاب جامعة الامام محمد ين سعود الاسلامية.**مجلة دراسات في التعليم الجامعي،ع19**،39-86.
88. العزاوي،سامي(2007).دراسة مقارنة للقلق الاجتماعي لاطفال المهجرين وأقرانهم من المستقرين في محافظة ديالى.**الكتاب السنوي لمركز أبحاث الطفولة والامومة ،المجلد الثاني**،200-224.
89. العزاوي،سامي(2010).القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وعلاقتهما بممارسة الألعاب الرياضية لدى طالبات جامعة ديالى.**الكتاب السنوي لمركز أبحاث الطفولة والأمومة،المجلد الثاني،الجزء الثاني**،12-36.
90. العزة، سعيد(2004).**تمريض الصحة النفسية**،عمان:دار الثقافة.
91. عكاشة،أحمد(2003).**الطب النفسي المعاصر**.القاهرة:مكتبة الانجلو مصرية
92. علوي ،إسماعيل(2009).**العلاج النفسي المعرفي**. إربد:عالم الكتب الحديث.
93. العلي،سهى(2004).**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلبة الموصل**.رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة الموصل،كليةالتربية.
94. العمري،عبدالرحمن(2004).**الأفكار اللاعقلانية لدى عينتين من مرضى الاكتئاب و مرضى القلق مقارنة بالعاديين**.رسالة ماجستير غير منشورة،أكاديمية نايف للعلوم الأمنية،الرياض.
95. العناني،حنان(1998).**الصحة النفسية للطفل**،ط 4،عمان: دار الفكر.

96. العنزي،فهد(2007).**علاقة القلق بالأفكار اللاعقلانية**.رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية،الرياض.

97. العنزي،خالد(2010).**إدراك القبول – الرفض الوالدي و الأفكار اللاعقلانية و قلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة الحدود الشمالية**.رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية،جامعة أم القرى،مكة المكرمة.

98. العويضة،سلطان(2009).علاقة الاتصال المفضل الشائع بكل من القلق الاجتماعي و الشعور بالوحدة و كشف الذات لدى عينة من طلبة جامعة عمان الاهلية.**مجلة دراسات نفسية. المجلد 36**، 412-432.

99. العويضة،سلطان(2009).العلاقة بين الأفكار العقلانية – اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية لدى طلبة جامعة عمان الاهلية.**مجلة رسالة الخليج،ع113**، 109-155.

100. عيد،محمد (2000).دراسة للمظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس والتخصص لدى عينة من الشباب .**مجلة كلية التربية " التربية وعلم النفس"،(24)4** ، 3-79.

101. غالب،مصطفى(2000).**في سبيل موسوعة نفسية**.بيروت:مكتبة الهلال.

102. الغامدي،عبد الله والراشد،إبراهيم(1419هـ).اتجاهات الطلاب نحوالالتحاق بكلية المعلمين بالرياض.**مجلة رسالة الخليج،ع16**،25 -79.

103. الغامدي،غرم الله(2009).التفكير العقلاني والتفكير غير العقلاني ومفهوم الذات ودافعية الانجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينتي مكة المكرمة وجدة.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة أم القرى،مكة المكرمة.

104. غريب،عبد الفتاح(1998).**علم الصحةالنفسية**.القاهرة:المكتبة الانجلومصرية.

105. غنيم ،محمد(2002).**أثر المعتقدات اللاعقلانية و التحصيل الأكاديمي على الضغط النفسي للمعلمين.المجلة التربوية،16 (64)**،175 -213.

106. فايد،حسين(2008).**العلاج النفسي أصوله أخلاقياته تطبيقاته**.القاهرة:مؤسسة طيبة.

107. الفخراني،خالد(2000).أفكار القلق الاجتماعي و علاقته بالتفكير الذاتي (الآلي) في ضوء الضغط و الاستثارة:دراسة بنائية.**المؤتمرالدولي السابع لمركز الارشاد النفسي** ،جامعة عين شمس،263 - 311.

108. فراج،محمد(2006).**قلق المستقبل وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية،جامعة الإسكندرية.

109. الفقي،أمال(2001).**فاعلية السيكودراما في تخفيف المخاوف الاجتماعية لدى الأطفال**.رسالة دكتوراة غير منشورة،جامعة الزقازيق،بنها،مصر.

110. القذافي،رمضان(2002).**التوجيه والإرشاد النفسي** ،ط ا، بيروت :دار الجيل.

111. القريطي،عبد المطلب(1998).**في الصحة النفسية**.لقاهرة:دار الفكر العربي.

112. قلندر،سهلة(2003).**القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل**.رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل.

113. القيسي،لما(2010).العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية و المستوى الدراسي و الجنس و تقدير الذات لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية.**مجلة العلوم التربوية و النفسية،11 (1)**،205 -227 .

114. كامل،وحيد(2004).علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع.**مجلة دراسات نفسية،14(1)**،31 -68.

115. الكتاني،فاطمة(2004)القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال:العلاقة بينهما و دور كل منهما في الرفض الاجتماعي.دار وحي القلم، بيروت.

116. كفافي،علاء الدين(1990).**الصحة النفسية**.القاهرة:دار هجر للنشر والتوزيع.

117. كفافي،علاء الدين(1999).**الإرشاد والعلاج النفسي الأسري**.ط 1،القاهرة:دار الفكرالعربي.

118. ليندا،دافيدوف(2000).**الشخصية الدافعية والإنفعالات**(ترجمة سيد الطواب ومحمود عمر).القاهرة:الدار الدولية للاستثمارات الثقافية.

119. محمد.،محمد(1993).**علم النفس المعاصر في ضوء الإسلام** .ط2،جدة:دار الشروق.

120. محمد،عادل(1999).**العلاج المعرفي السلوكي –أسس وتطبيقات** الزقازيق:دار الرشاد.

121. محمد،هشام(1411هـ).**أثر العلاج العقلاني الانفعالي في خفض مستوى الاكتئاب لدى الشباب الجامعي** .رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق،الزقازيق.

122. محمود،حمدي(1999).**الأفكار اللاعقلانية واللاعقلانية وعلاقتها بالتخصص و المستوى التعليمي والتحصيل الدراسي لدى الطلاب المعلمين**.ورقة عمل المؤتمر التربوي الثالث لإعداد المعلم،كلية التربية ، جامعة أم القرى،مكة المكرمة،1 -19.

123. محمود،أحلام(2007).الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب التعليم الثانوي العام والفني المنبسطين و العصابيين.**مجلة دراسات الطفولة،10(36)** ،36-103.

124. مزنوق،محمد(1996).**الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين**.رسالة ماجستير غير منشورة،كلية البنات للآداب والعلوم والتربية،جامعة عين شمس.

125. مزنوق،محمد(1999).**تنمية التفكير اللاعقلاني وأثره على الضغوط النفسية لدى المراهقين "دراسة تجريبية** ".رسالة دكتوراه غير منشورة،كلية البنات الآداب وللعلوم والتربية،جامعة عين شمس،القاهرة.

126. المشيخي،غالب(2009).**القلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف**.رسالة دكتوراة غير منشورة،جامعة أم القري،المملكة العربية السعودية.

127. معمرية،بشير(2009).القلق الاجتماعي.**مجلة شبكة العلوم النفسية العربية،ع21**، 13-149.

128. ملحم،سامي(2000).**مناهج البحث في التربية و علم النفس**،عمان:دار المسيرة.

129. ملحم،سامي(2001).**الإرشاد والعلاج النفسي**، ط 1،عمان:دار المسيرة.

130. ملحم،سامي(2012).أثر اضطرابات الأكل والقلق الاجتماعي والوسواس القهري وتقدير الذات في الرضا عن صورة الجسم لدى عينة من المراهقين في الأردن.**مجلة كلية التربية بالزقازيق،ع90**،1-32.

131. مليكة، لويس كامل(1990). **العلاج السلوكي وتعديل السلوك** .الكويت: دارالقلم.

132. مهلة،محمد(2009).**مستويات القلق الاجتماعي وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلبة و طالبات المرحلة الثانوية بمدينة القضارف**.رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة الخرطوم،كلية التربية.

133. الموسوي،نعمان(2005).تحليل مضمون التفكير اللاعقلاني للطلبة الجامعيين باستخدام الصيغة العربية لقائمة المعتقدات اللاعقلانية.**المجلة التربوية،19(79)**،91 -130.

134. ميرزا،فاتن(2007).**علاقة الأفكار اللاعقلانية بالضغوط المهنية وصراع الأدوار المهنية والأسرية واستراتجيات التعامل لدى معلمي التربية الخاصة في الكويت**.رسالة دكتوراه غير منشورة،الجامعة الأردنية،عمان.

135. النجار،طارق(2005).مدى فاعلية برنامج معرفي سلوكي لتعديل سلوكيات اضطراب نقص الانتباه وفرط الحركة لدى عينة من الأطفال الصم. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس،القاهرة،مصر .

136. نعيمة،محمد(1993).**الاختلافات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى الأبناء**.رسالة دكتوراة غير منشورة،جامعة عين شمس،القاهرة.

137. النفيسة،عبد العزيز(2010).**تأثير القلق الاجتماعي و الاكتئاب على بعض العمليات المعرفية** . رسالة دكتوراة غير منشورة،أكاديمية نايف للعلوم الأمنية،الرياض.

138. النيال،مايسة (1991).الفروق في كل من حالة القلق وقلق الموت قبل إجراء العملية الجراحية وبعدها.**مجلة دراسات نفسية،1(1)**، 37-53.

139. الهابط،محمد(1999).**التكيف والصحة النفسية**.ط 2،الإسكندرية:المكتب الجامعي الحديث.

140. الهباص،سيد(2010). التدفق النفسي و القلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت:دراسة بنائية.**المؤتمر الدولي الخامس عشر لمركز الإرشاد النفسي،جامعة عين شمس**،117 -169.

141. هارولیندفنك، دافید (1997).**الاسترخاء النفسي والعصبي** (ترجمة يوسف ميخائيل أسعد)، القاهرة: دار النهضة للطباعة والنشر.

142. هوب،ديبرا و هيمبرج،ريتشارد (2002).**الرهاب و القلق الاجتماعي**(ترجمة محمد الصبوة)،القاهرة:مكتبة الأنجلومصرية.

143. اليوسفي،علي(2008).دافع الانجاز وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات بجامعة الكوفة.**مركز تطوير التدريس والتدريب الجامعي**.جامعة الكوفة.

ب- المراجع الأجنبية:

145. Abela, J., & D'Allesandro, D. (2002). Beck's cognitive theory of depression: The diathesis-stress and causal mediation components. *British Journal of Clinical Psychology*, 41, 111-128.

146. American psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical Manual for mental disorders* (4th Ed). Weshington: DSM-IV.

147. Bensink, R, (2006).Internet use,identity development and social anxiety among young adults.*Psychological Science*,*29(6)*,14-82.

148. Berger, E. (1982). Self evaluation In College Students. *Rational Living*. (17) 1, 23 - 25.

149. Bernard, M. & Cronan, F. (1999). The Child and Adolescent Scale of Irrationality: Validation Data and Mental Health Correlates. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*. 13(2).

150. Colledge, R. (2002). *Mastering Cunselling Theory*, England: Palgrave.

151. Dryden, W. (2002). REBT's Situational ABC Model, TheRational Emotive Behaviour Therapist. *Journal of the Associotion for Rational Emotive Behaviour Therapy*. (10) 1, 4- 14.

152. Ellis, A. (1977 B) Rational - Emotive Therapy: The Clinical and Personality Hypotheses of R.E.T. And Other Models Of Cognitive Behaviour Therapy. *The Counseling Psychologists*, *7 (1)*, 1-22.

153. Epkins,C.C.(2007);Affective confounding in social anxiety and Dysphoria in children; child, mother and father reports of Internalizing Behaviors ,Social problems and competence Domains. *Journal of social clinical psychology*, *(15)4*, 9-4.

154. Evans, A. (2004). Adolescent depression and externalizing problems: testing two models of comorbidity in an inpatient sample, *Adolescence*, 114-146
155. Leary,M. & Schlenker,B.(1982).Social anxiety and self-presentation: Aconceptualization and model.*Psychological Bulletin*, 641-669.
156. Lorcher, Phoeniy, S. (2003) Worry and Irrational Beliefs A PreliminaryInvestigation. *Individual Differences Research, 1(1),* 73-76.
157. Modi,D.&Thingujam,N.(2007).Role of anger and irrational thinking on minor physical health problems among married couples.*Journal of Indian Academy of Applied Psychology,33(1),*119-128.
158. Moller, A & Bothma, M. (2001). Body Dissatisfaction And Irrational Beliefs. *Psychological Reports, (88) 2,* 423 - 430.
159. Petterson,C. (1980).*Theories of counselling and psychotherapy,* NewYork:Harper&Row.
160. Shayna L., Larry D. & Carol K. (2012).*Annals of Behaviorral Medicine, (43)3,* 383-393.
161. World health organization. (1991) *calcification of mental disorders ICD-10.*

الملاحق

ملحق رقم(1)

قائمة بأسماء الأساتذة المحكمين لأدوات الدراسة

م	اسم المحكم	المؤسسة التي يعمل بها
(1)	د.أحمد أبو زايد	جامعة القدس المفتوحة
(2)	د.خالد اصليح	جامعة القدس المفتوحة
(3)	د.ختام السحار	الجامعة الإسلامية
(4)	د.عاطف الأغا	الجامعة الإسلامية
(5)	د.عايدة صالح	جامعة الأقصى
(6)	د.عبد الفتاح الهمص	الجامعة الإسلامية
(7)	د.عون محيسن	جامعة الأقصى
(8)	أ.غادة حجازي	محاضر غير متفرغ بجامعة القدس المفتوحة
(9)	د.محمد الشريف	جامعة الأقصى
(10)	د.نبيل دخان	الجامعة الإسلامية

*تم ترتيب أسماء الأساتذة المحكمين وفقا للترتيب الأبجدي

ملحق رقم(2)

بسم الله الرحمن الرحيم

الجامعة الإسلامية – غزة
The Islamic University - Gaza



عمادة الدراسات العليا **هاتف داخلي**: 1150

الرقم.......... Ref ج س غ/35/

التاريخ 2012/09/17 ......Date

الأخ الدكتور/ وزير التربية والتعليم العالي حفظه الله،

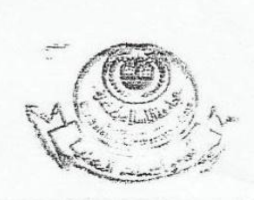
السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

تسهيل مهمة طالب ماجستير

تهديكم عمادة الدراسات العليا بالجامعة الإسلامية بغزة أعطر تحياتها، وترجو من سيادتكم التكرم بتسهيل مهمة الطالب/ **علاء علي حمدان حجازي**، برقم جامعي **120100776** المسجل في برنامج الماجستير بكلية **التربية** تخصص **علم النفس/ إرشاد نفسي**، وذلك بهدف تطبيق الاستبانة والحصول على المعلومات التي تساعده في إعداد رسالة الماجستير والتي بعنوان

القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة

شاكرين لكم حسن تعاونكم،



عميد الدراسات العليا

أ.د. فؤاد علي العاجز

صورة إلى:-

❖ الملف.

ص.ب. 108 الرمال، غزة، فلسطين هاتف Tel: +970 (8) 286 0700 فاكس fax: +970 (8) 286 0800 P.O. Box 108, Rimal, Gaza, Palestine
public@iugaza.edu.ps www.iugaza.edu.ps

ملحق رقم(3)

بسم الله الرحمن الرحيم

Palestinian National Authority Ministry of Education &Higher Education General Directorate of Educational planning		السلطة الوطنية الفلسطينية وزارة التربية والتعليم العالي الادارة العامة للتخطيط التربوي

الرقم: و.ت.غ مذكرة داخلية (٤٢٧١)

التاريخ: 2012/9/19م

الموافق: 3 ذو القعدة 1433هـ



السادة/ مديري التربية والتعليم المحترمين

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،،،

الموضوع/ تسهيل مهمة بحث

نهديكم أطيب التحيات، ونتمنى لكم موفور الصحة والعافية، وبخصوص الموضوع أعلاه، يرجى تسهيل مهمة الباحث/ علاء علي حمدان حجازي والذي يجري بحثاً بعنوان :

"القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة" وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة **الماجستير** من الجامعة **الإسلامية** بغزة.

في تطبيق أدوات البحث على عينة من طلبة المرحلة الإعدادية بمديرياتكم الموقرة، وذلك حسب الأصول.

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام،،،



د. علي عبد ربه خليفة

مدير عام التخطيط التربوي

نسخة:

- السيد/ معالي وزير التربية والتعليم العالي المحترم.
- السيد/ وكيل وزارة التربية والتعليم العالي المحترم.
- السيد/ وكيل الوزارة المساعد للشئون الإدارية والمالية المحترم.

Abeer Al.Ashqar

Gaza (08-2864496 – 2866809 Fax:(08-2865909) غزة – هاتف(2864496– 2866809–08 فاكس(08-2865909)

E-mail:moehe@gov.ps

ملحق رقم(4)

مقياس القلق الاجتماعي في صورته الأولية (للتحكيم)



الجامعة الإسلامية – غزة

عمادة الدراسات العليا

كلية التربية – قسم علم النفس

بسم الله الرحمن الرحيم

السيد الدكتور .... / حفظه الله،،،

تحية طيبة وبعد،،،

الموضوع / التكرم بتحكيم أدوات الدراسة (مقياس القلق الاجتماعي).

يقوم الباحث بعمل دراسة لنيل درجة الماجستير في الجامعة الإسلامية – قسم علم النفس / إرشاد نفسي، وهذه الدراسة بعنوان(القلق الاجتماعي و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية بمحافظات غزة).

ولذا نرجو من سيادتكم الاطِّلاع علي هذا المقياس وتحكيمه ، وتحديد مدى ملائمة فقرات المقياس ووضوحها ومناسبتها لما وضعت لقياسه، وإبداء الرأي في صلاحيتها للتطبيق علي البيئة الفلسطينية، كما نرجو من سيادتكم أن تقوموا بتعديل ما يلزم من خلال إضافة أي فقرات مناسبة وملائمة، أو حذف أي فقرة من الفقرات ترونها غير ملائمة وغير مناسبة، أو إعادة صياغة لبعض الفقرات في المقياس من وجهة نظركم المحترمة.

مع فائق احترامي وتقديري لجهودكم الكريمة...

الباحث

علاء علي حجازي

مقياس القلق الاجتماعي

أخي الطالب /أختي الطالبة،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

إليكم مقياس القلق الاجتماعي والذي أعده الباحث من أجل قياس القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، وذلك في إطار دراسة ماجستير بعنوان (القلق الاجتماعي و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية بمحافظات غزة) حيث يتكون هذا المقياس من ( ) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس ثلاث بدائل هي كالتالي:

تنطبق لا تنطبق

لذا الرجاء قراءة كل فقرة من فقرات المقياس والإجابة عليها بدقة وموضوعية وذلك بوضع علامة (×) البديل الذي تراه/ترينه مناسباً لحالتك الشخصية وما يمثل مشاعرك وأحاسيسك ، مع العلم أنه لا يوجد هناك عبارات صحيحة وأخرى خطأ، وإنما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وقد تم اختياركم لأهمية رأيكم في نجاح هذه الدراسة علماً بأن هدفها هو البحث العلمي .

مع جزيل الشكر لما ستبذلونه من جهد ووقت لإنجاح هذه الدراسة.

الباحث

علاء علي حجازي

البيانات الأولية

1. **الجنس: ( ) ذكر ( ) أنثى**
2. **مكان السكن: ( ) رفح ( )خانيونس ( )الوسطى ( )غزة ( )الشمال**
3. **المستوى التعليمي للطاب: ( )السابع ( )الثامن ( )التاسع**

4.المستوى التعليمي للأب: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق

5.المستوى التعليمي للأم: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق

6.حجم الأسرة : ( ) أقل من5 أفراد ( ) من5-8 أفراد ( ) من 9 أفراد فأكثر

7.الترتيب الولادي : ( ) 1-3 ( ) 4-6 ( ) 7 فما فوق

التعريف الاجرائي للقلق الاجتماعي:
الدرجة التي يحصل عليه الطالب في مقياس القلق الاجتماعي.

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق بمشاعرك المختلفة أثناء حدوث تفاعل اجتماعي مع الآخرين في مواقف الحياة المختلفة ، ويلي كل عبارة اختياران هما "تنطبق" و"لا تنطبق"

م	العبارة	تنطبق	لا تنطبق
1	أشعر أحياناً بالدوخة عندما أتجاذب الحديث مع الآخرين.		
2	من الصعب علي الحديث مع شخص لا أعرفه.		
3	يصعب علي التعبير عن رأيي في أي نقاش.		
4	أرتبك في حال وجودي بين مجموعة من الناس.		
5	أشعر بالخوف قبل ملاقاة الآخرين.		
6	أنزعج عندما ينظر إلي الناس في الشارع أو الأماكن العامة.		
7	أكون متردداً عندما أريد أن أسأل شخصاً عن شارع معين.		
8	أستصعب العمل عندما أشعر أن أحد ينظر إلي أثناء قيامي به.		
9	أكون متوترا عند إجرائي اختبارا شفهيا.		
10	أتمتع بالحديث أمام جمهور أو حشد من الناس.		
11	أشعر بآلام بسيطة في معدتي عندما يطلب مني أن أتكلم أو أخاطب الآخرين.		
12	أشعر بالتوتر والارتباك إذا كنت في حفلة يقومون فيها بتصوير الحاضرين.		
13	أخشى أن أرتكب خطأ عندما أتحدث أمام الآخرين.		
14	أكون عصبيًا عندما يطلب مني تقديم أو عرض موضوع ما مرتبط بالدراسة.		
15	أشعر بالتوتر عندما اتحدث مع مجموعة من الزملاء.		
16	ينتابني القلق والتوتر عند مصافحة الاخرين.		
17	ينتابني القلق بشأن مظهري الشخصي .		
18	ينتابني القلق بشأن سلوكي أمام الناس.		
19	أشعر بالتوتر عندما أرد على شخص لا أعرفه في التلفون.		
20	ينتابني القلق والتوتر عندما أتناول الطعام أمام أشخاص غرباء .		
21	أكون متوترا عندما يصبح لزاماً علي التحدث مع المدرسين.		
22	أمتنع عن تكوين علاقات مع الآخرين.		
23	لا أشارك زملائي في المناسبات أو الحفلات بالمدرسة.		

ملحق رقم(5)

مقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته الأولية (للتحكيم)

الجامعة الإسلامية – غزة

عمادة الدراسات العليا

كلية التربية – قسم علم النفس



بسم الله الرحمن الرحيم

السيد الدكتور .... / حفظه الله،،،

تحية طيبة وبعد،،،

الموضوع / التكرم بتحكيم أدوات الدراسة (مقياس الأفكار اللاعقلانية).

يقوم الباحث بعمل دراسة لنيل درجة الماجستير في الجامعة الإسلامية – قسم علم النفس / إرشاد نفسي، وهذه الدراسة بعنوان(القلق الاجتماعي و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية بمحافظات غزة).

ولذا نرجو من سيادتكم الاطلاع علي هذا المقياس وتحكيمه ، وتحديد مدى ملائمة فقرات المقياس ووضوحها ومناسبتها لما وضعت لقياسه، وإبداء الرأي في صلاحيتها للتطبيق علي البيئة الفلسطينية، كما نرجو من سيادتكم أن تقوموا بتعديل ما يلزم من خلال إضافة أي فقرات مناسبة وملائمة، أو حذف أي فقرة من الفقرات ترونها غير ملائمة وغير مناسبة، أو إعادة صياغة لبعض الفقرات في المقياس من وجهة نظركم المحترمة.

مع فائق احترامي وتقديري لجهودكم الكريمة...

الباحث

علاء علي حجازي

مقياس الأفكار اللاعقلانية

أخي الطالب /أختي الطالبة،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

إليكم مقياس الأفكار اللاعقلانية والذي أعده الباحث من أجل قياس الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية، وذلك في إطار دراسة ماجستير بعنوان (القلق الاجتماعي و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية بمحافظات غزة) حيث يتكون هذا المقياس من (44) فقرة وأمام كل فقرة من فقرات المقياس ثلاث بدائل هي كالتالي:

لا ترد أبداً ترد أحياناً ترد دائماً

لذا الرجاء قراءة كل فقرة من فقرات المقياس والإجابة عليها بدقة وموضوعية وذلك بوضع علامة (×) البديل الذي تراه/ترينه مناسبًا لحالتك الشخصية وما يمثل مشاعرك وأحاسيسك ، مع العلم أنه لا يوجد هناك عبارات صحيحة وأخرى خطأ، وإنما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وقد تم اختياركم لأهمية رأيكم في نجاح هذه الدراسة علماً بأن هدفها هو البحث العلمي .

مع جزيل الشكر لما ستبذلونه من جهد ووقت لإنجاح هذه الدراسة.

الباحث

علاء علي حجازي

البيانات الأولية

1. **الجنس: ( ) ذكر ( ) أنثى**
2. **مكان السكن: ( )رفح ( )خانيونس ( )الوسطى ( )غزة ( )الشمال**
3. **المستوى التعليمي للطاب: ( )السابع ( )الثامن ( )التاسع**
4. **المستوى التعليمي للأب: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق**
5. **المستوى التعليمي للأم: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق**
6. **حجم الأسرة :( ) أقل من5 أفراد ( ) من5-8 أفرا ( ) من 9 أفراد فأكثر**
7. **الترتيب الولادي : ( ) 1-3 ( ) 4-6 ( ) 7 فما فوق.**

التعريف الإجرائي للأفكار اللاعقلانية:

هي مجموع الأفكار الخاطئة و غير الموضوعية التي تتكون من الأبعاد التالية (الاستحسان ،ابتغاء الكمال، تعظيم الأمور المرتبطة بالذات و الآخرين، توقع الكوارث، التهور الانفعالي ،القلق الزائد، تجنب المشكلات، الاعتمادية ، الشعور بالعجز ،الانزعاج لمشاكل الآخرين، و ابتغاء الحلول الكاملة.) كما توضحها الدرجة المرتفعة على أبعاد مقياس الأفكار اللاعقلانية .

فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق بطريقة تفكيرك في المواقف المختلفة ، ويلي كل عبارة ثلاث اختيارات هي "لا ترد أبدا" و"ترد أحيانا"و"ترد دائما"

م	العبارة	لا ترد أبداً	ترد أحياناً	ترد دائماً
	الفكرة الأولى: طلب الاستحسان **"وهي رغبة الفرد في الحصول على الحب والتأييد من الآخرين باستمرار."**			
1	ينبغى أن تنال كل تصرفاتي القبول والرضا من الجميع.			
2	أضحى باهتماماتي ورغباتي لكى أكون محبوباً.			
3	أتمنى أن يتقبل الافراد المحيطين بي كل تصرفاتى.			
4	أهتم اهتماماً بالغاً برأي الغير عني.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة الثانية : ابتغاء الكمال الشخصى **"هى إدراك الفرد بثقته الكاملة فى نفسه ، فعليه أن يتميز بالكفاءة والانجاز فى العمل بدرجة عالية."**			
1	أسعى لأداء الاعمال الصعبة التى تفوق قدراتى.			
2	يعتبر العمل الذي لا أحصل فيه علي الدرجات العالية من التقدير عمل عديم القيمة.			
3	يجب أن يكون العمل جيداً على أكمل وجه مهما كانت الظروف.			

4	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات و للآخرين **"وهي اعتقاد الفرد بأن العقاب ولوم الغير هو الحل الوحيد لتعديل السلوك ، فهو يوجه اللوم لغيره بل ولنفسه أيضاً على أتفه الأخطاء."**			
1	أوجه اللوم إلي كل شخص يرَتكِب خطأ ولو كان بسيطاً.			
2	أنزعج عندما أفعل خطأً حتى لو كان بسيطاً.			
3	أرى أنه يجب معاقبة الشخص المخطىء مهما كانت الأسباب.			
4	الطفل الذي يفعل أعمالاً سيئة يكون هو سيئاً.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة الرابعة: توقع المصائب و الكوارث **"وهي شعور الفرد بخيبة الأمل والفشل في أي أمر تكون نتائجه مخالفة لتوقعاته."**			
1	أبالغ في تقدير وقوع الأمور السيئة.			
2	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.			
3	أنزعج إذا سارت أموري علي النحو الذي لا أتمناه.			
4	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالفة لتوقعاتي.			
	عبارات مقترحة			

1				
2				
	الفكرة الخامسة: اللامبالاة الانفعالية **"هي اعتقاد الفرد بأن كل ما يحدث له من مشكلات سببه ظروف خارجة عن إرادته وليس له دخل في تغييرها."**			
1	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي.			
2	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أعانيه من مشكلات.			
2	تقف الظروف الخارجة عن إرادتي ضد سعادتي.			
3	يلعب الحظ دوراً كبيراً في مشكلاتي.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة السادسة: القلق الناتج عن الاهتمام الزائد **" الأشياء المخِيفة أو الخطرة تستدعي الاهتمام الكبير والانشغال الدائم في التفكير فيها و يجب أن يكون الفرد دائم التفكير بها."**			
1	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.			
2	لن أستطيع مساعدة أهلي في المستقبل.			
3	أتوقع الفشل في حياتي العملية و الشخصية.			
4	أشعر أن من حولي يتجنبون التعامل معي.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				

			الفكرة السابعة: تجنب المشكلات "**هي اعتقاد الفرد بضرورة تفادي بعض الصعوبات و المسئوليات الشخصية بدلاً من مواجهتها.**"	
			تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.	**1**
			أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.	**2**
			أَشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما.	**3**
			أفضل تجنب المشكلات بدلاً من مواجهتها.	**4**
			عبارات مقترحة	
				1
				2
			الفكرة الثامنة: الاعتمادية "**هي اعتقاد الفرد بأنه يجب على المرء أن يعتمد على الاخرين فى تحقيق أهدافه.**"	
			أتجنب تحمل المسئولية.	**1**
			أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.	**2**
			يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.	**3**
			لا أستطيع المذاكرة بمفردي.	**4**
			عبارات مقترحة	
				1
				2
			الفكرة التاسعة: الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي "**وهي اعتقاد الفرد بأن الأحداث السيئة التي واجهها في الماضي ستؤثر على حاضره ومستقبله ولا يستطيع التخلص منها مهما حاول**"	

1	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضح علي في الحاضر والمستقبل.			
2	لن يتغير سلوكي في المستقبل حيث إنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.			
3	أرى أنني متأثر بما حدث لي في الصغر.			
4	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الاخرين **"اعتقاد الفرد بأن عليه أن يهتم بأحوال غيره و يشاركهم في أحزانـهم."**			
1	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين.			
2	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.			
3	أُشارك الآخرين مشكلاتهم و مصاعِبهم لدرجة التقصِير في القيام بواجباتي.			
4	عندما أتعاطف مع الآخرين أعيش مشكلاتهم وأنخرط فيها.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				
	الفكرة الحادية عشرة: ابتغاء الحلول الكاملة **هي تصورات الفرد حول أساليب حل المشكلات المتوقعة أن تكون حلولاً مثالية وجديدة، وحلولاً كاملة"**			
1	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلاً لمشكلاتي.			
2	أتصور أن هناك حلاً واحداً لكل مشكلة.			
3	أشعر بالحزن عندما لا استطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي.			

4	غالباً ما تسير الأمور عكس ما أريده و أتمناه في الغالب.			
	عبارات مقترحة			
1				
2				

ملحق رقم (6)

مقياس الأفكار القلق الاجتماعي في صورته النهائية

م	العبارة	تنطبق	لا تنطبق
1	أشعر بالدوخة الحديث مع الآخرين.*		
2	من الصعب علي الحديث مع شخص لا أعرفه.		
3	يصعب علي التعبير عن رأيي في أي نقاش.		
4	أرتبك في حال وجودي بين مجموعة من الناس.		
5	أشعر بالخوف قبل لقاء الآخرين.*		
6	أنزعج عندما ينظر إلي الناس في الشارع أو الأماكن العامة.		
7	أكون متردداً عندما أريد أن أسأل شخصاً عن شارع معين.		
8	أستصعب العمل عندما أشعر أن أحد ينظر إلي أثناء قيامي به.		
9	أكون متوترا عند إجرائي اختبارا شفهيا.		
10	أتمتع بالحديث أمام جمهور أو حشد من الناس.		
11	أشعر بآلام بسيطة في معدتي عندما يطلب مني أن أتكلم أو أخاطب الآخرين.		
12	أشعر بالتوتر والارتباك إذا كنت في حفلة يكون فيها تصوير الحاضرين.*		
13	أخشى أن أرتكب خطأ عندما أتحدث أمام الآخرين.		
14	أكون عصبيًا عندما يطلب مني تقديم أو عرض موضوع ما مرتبط بالدراسة .		
15	أشعر بالتوتر عندما اتحدث مع مجموعة من الزملاء.		
16	ينتابني القلق والتوتر عند مصافحة الاخرين.		
17	ينتابني القلق بشأن مظهري الشخصي .		
18	ينتابني القلق بشأن سلوكي أمام الناس.		
19	أشعر بالتوتر عندما أرد على شخص لا أعرفه في التلفون.		
20	ينتابني القلق والتوتر عندما أتناول الطعام أمام أشخاص غرباء.		
21	أكون متوترا عندما يصبح لزاماً علي التحدث مع المدرسين.		
22	أمتنع عن تكوين علاقات مع الآخرين.		
23	أشارك زملائي في المناسبات أو الحفلات بالمدرسة.*		

*** تشير إلى العبارات التي تم تعديلها**

ملحق رقم(7)

مقياس الأفكار اللاعقلانية في صورته النهائية

الرقم	العبارة	لا ترد أبدا	ترد أحيانا	ترد دائما
	الفكرة الأولى: طلب الاستحسان			
1	ينبغي أن تنال كل تصرفاتي القبول والرضا من الجميع.			
2	أضحى باهتماماتي ورغباتي لكى أكون محبوباً.			
3	أتمنى أن يتقبل الافراد المحيطين بي كل تصرفاتي.			
4	أهتم اهتماماً بالغاً برأي الآخرين عني.*			
	الفكرة الثانية :ابتغاء الكمال الشخصي			
1	أسعى لأداء الاعمال الصعبة التي تفوق قدراتي.			
2	أحبط عندما لا أحصل على درجات عالية في عملي.*			
3	أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف.*			
4	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.			
	الفكرة الثالثة: اللوم الزائد للذات و للآخرين			
1	أوجِه اللوم إلى كل شخص يرَتكِب خطأ ولو كان بسيطاً.			
2	أنزعج عندما أفعل خطأً حتى لو كان بسيطاً.			
3	أرى أنه يجب معاقبة الشخص المخطئ مهما كانت الأسباب.			
4	الطفل الذي يفعل أعمالاً سيئة يكون هو سيئاً.			
	الفكرة الرابعة: توقع المصائب و الكوارث			
1	أبالغ في تقدير وقوع الأمور السيئة.			
2	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.			

3	أنزعج إذا سارت أموري علي النحو الذي لا أتمناه.				
4	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالفة لتوقعاتي.				
	الفكرة الخامسة: اللامبالاة الانفعالية				
1	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي.				
2	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أعانيه من مشكلات.				
3	تقف الظروف الخارجة عن إرادتي ضد سعادتي.				
4	يلعب الحظ دوراً كبيراً في مشكلاتي.				
	الفكرة السادسة: القلق الناتج عن الاهتمام الزائد				
1	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.				
2	لن أستطيع مساعدة اهلي في المستقبل.				
3	أتوقع الفشل في حياتي العملية والشخصية.				
4	أشعر أن من حولي يتجنبون التعامل معي.				
	الفكرة السابعة: تجنب المشكلات				
1	تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.				
2	أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.				
3	أشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما.				
4	أفضل تجنب المشكلات بدلاً من مواجهتها.				
	الفكرة الثامنة: الاعتمادية				
1	أتجنب تحمل المسئولية.				
2	أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.				
3	يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.				

4	لا أستطيع المذاكرة بمفردي.				
	الفكرة التاسعة: الشعور بالعجز و أهمية خبرات الماضي				
1	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضح علي في الحاضر والمستقبل.				
2	لن يتغير سلوكي في المستقبل حيث إنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.				
3	أرى أنني متأثر بما حدث لي في الصغر.				
6	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك.				
	الفكرة العاشرة: الانزعاج لمتاعب الاخرين				
1	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين.				
2	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.				
3	أشارك الآخرين مشكلاتهم و مصاعِبهم لدرجة التقصير في القيام بواجباتي.				
4	عندما أتعاطف مع الآخرين أعيش مشكلاتهم وأنخرط فيها.				
	الفكرة الحادية عشرة: ابتغاء الحلول الكاملة				
1	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلاً لمشكلاتي.				
2	أتصور أن هناك حلاً واحداً لكل مشكلة.				
3	أشعر بالحزن عندما لا استطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي.				
4	غالبا ما تسير الأمور عكس ما أريده و أتمناه في الغالب.				

*** تشير إلى العبارات التي تم تعديلها**

ملحق رقم(8)

المقياس في صورته النهائية

أخي الطالب /أختي الطالبة،

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته،

يقوم الباحث بإعداد رسالة للحصول على درجة الماجستير في الارشاد النفسي بعنوان: "القلق الاجتماعي و علاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية في المدارس الحكومية بمحافظات غزة " حيث تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي و الأفكار اللاعقلانية.

لذا الرجاء قراءة كل فقرة من فقرات المقياس والإجابة عليها بدقة وموضوعية وذلك بوضع علامة (×) البديل الذي تراه/ترينه مناسبًا لحالتك الشخصية وما يمثل مشاعرك وأحاسيسك ، مع العلم أنه لا يوجد هناك عبارات صحيحة وأخرى خطأ، وإنما هي تعبير عن الآراء الشخصية للفرد، وقد تم اختياركم لأهمية رأيكم في نجاح هذه الدراسة علماً بأن هدفها هو البحث العلمي .

مع جزيل الشكر لما ستبذلونه من جهد ووقت لإنجاح هذه الدراسة.

الباحث

علاء علي حجازي

البيانات الأولية

1. **الجنس: ( ) ذكر ( ) أنثى**
2. **مكان السكن: ( ) رفح ( )خانيونس ( )الوسطى ( )غزة ( )الشمال**
3. **المستوى التعليمي للطاب: ( )السابع ( )الثامن ( )التاسع**
4. **المستوى التعليمي للأب: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق**
5. **المستوى التعليمي للأم: ( ) ثانوية عامة فأقل ( ) دبلوم متوسط ( ) جامعي فما فوق**
6. **حجم الأسرة :( ) أقل من5 أفراد ( ) من5 –8 أفراد ( ) من 9 أفراد فأكثر**
7. **الترتيب الولادي:( )1–3 ( )4–6 ( )7 فما فوق**

أولا: فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق بمشاعرك المختلفة أثناء حدوث تفاعل اجتماعي مع الآخرين في مواقف الحياة المختلفة ، ويلي كل عبارة اختياران هما "تنطبق" و"لا تنطبق"

الرقم	العبارة	تنطبق	لا تنطبق
1	أشعر بالدوخة عند الحديث مع الآخرين.		
2	من الصعب علي الحديث مع شخص لا أعرفه.		
3	يصعب علي التعبير عن رأيي في أي نقاش.		
4	أرتبك في حال وجودي بين مجموعة من الناس.		
5	أشعر بالخوف قبل لقاء الآخرين.		
6	أنزعج عندما ينظر إلي الناس في الشارع أو الأماكن العامة.		
7	أكون متردداً عندما أريد أن أسأل شخصاً عن شارع معين.		
8	أستصعب العمل عندما أشعر أن أحد ينظر إلي أثناء قيامي به.		
9	أكون متوترا عند إجرائي اختبارا شفهيا.		
10	أتمتع بالحديث أمام جمهور أو حشد من الناس.		
11	أشعر بآلام في معدتي عندما يطلب مني أن أتكلم أو أخاطب الآخرين.		
12	أشعر بالتوتر والارتباك إذا كنت في حفلة يكون فيها تصوير الحاضرين.		
13	أخشى أن أرتكب خطأ عندما أتحدث أمام الآخرين.		
14	أكون عصبيًا عندما يطلب مني تقديم أو عرض موضوع ما مرتبط بالدراسة .		
15	أشعر بالتوتر عندما اتحدث مع مجموعة من الزملاء.		
16	ينتابني القلق والتوتر عند مصافحة الاخرين.		
17	ينتابني القلق بشأن مظهري الشخصي .		
18	ينتابني القلق بشأن سلوكي أمام الناس.		
19	أشعر بالتوتر عندما أرد على شخص لا أعرفه في التلفون.		
20	ينتابني القلق والتوتر عندما أتناول الطعام أمام الغرباء .		
21	أكون متوترا عندما يصبح لزاما علي التحدث مع المدرسين.		
22	أمتنع عن تكوين علاقات مع الآخرين.		
23	أشارك زملائي في المناسبات أو الحفلات بالمدرسة.		

ثانياً: فيما يلي مجموعة من العبارات التي تتعلق بطريقة تفكيرك في المواقف المختلفة و يلي كل عبارة ثلاث اختيارات وهي : "لا ترد أبدا" ، "ترد أحيانا" ، "ترد دائما"

الرقم	العبارة	لا ترد أبدا	ترد أحيانا	ترد دائما
1	ينبغي أن تنال كل تصرفاتي القبول والرضا من الجميع.			
2	أسعى لأداء الاعمال الصعبة التي تفوق قدراتي.			
3	أُوجه اللوم إلي كل شخص يرتكب خطأً ولو كان بسيطاً.			
4	أُبالِغ في تقدير وقوع الأمور السيئة.			
5	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي.			
6	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.			
7	تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.			
8	أتجنب تحمل المسئولية.			
9	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضح علي في الحاضر والمستقبل.			
10	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين.			
11	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلاً لمشكلاتي.			
12	أضحى باهتماماتي ورغباتي لكى أكون محبوباً.			
13	أحبط عندما لا أحصل على درجات عالية في عملي.			
14	أنزعج عندما أفعل خطأً حتى لو كان بسيطاً.			
15	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.			
16	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أُعانيه من مشكلات.			
17	لن أستطيع مساعدة أهلي في المستقبل.			
18	أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.			
19	أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.			
20	لن يتغير سلوكي في المستقبل حيث إنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.			
21	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.			
22	أتصور أن هناك حلاً واحدا لكل مشكلة.			
23	أتمنى أن يتقبل الافراد المحيطين بي كل تصرفاتي.			

24	أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف.				
25	أرى أنه يجب معاقبة الشخص المخطئ مهما كانت الأسباب.				
26	أنزعج إذا سارت أموري علي النحو الذي لا أتمناه.				
27	تقف الظروف الخارجة عن إرادتي ضد سعادتي.				
28	أتوقع الفشل في حياتي العملية والشخصية.				
29	أَشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما.				
30	يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.				
31	أرى أنني متأثر بما حدث لي في الصغر.				
32	أُشارِك الآخرين مشكلاتهم و مصاعِبهم لدرجة التقصير في القيام بواجباتي.				
33	أشعر بالحزن عندما لا استطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي.				
34	أهتم اهتماماً بالغاً برأي الآخرين عني.				
35	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.				
36	الطفل الذي يفعل أعمالاً سيئة يكون هو سيئاً.				
37	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالفة لتوقعاتي.				
38	يلعب الحظ دوراً كبيراً في مشكلاتي.				
39	أشعر أن من حولي يتجنبون التعامل معي.				
40	أفضل تجنب المشكلات بدلاً من مواجهتها.				
41	لا أستطيع المذاكرة بمفردي.				
42	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك.				
43	عندما أتعاطف مع الآخرين أعيش مشكلاتهم وأنخرط فيها.				
44	غالبا ما تسير الأمور عكس ما أريده و أتمناه في الغالب.				

ملحق رقم(9)

توزيع أفراد عينة الدراسة على مدارس محافظات غزة

م	اسم المدرسة	المحافظة	عدد الطلبة
1	القادسية الأساسية للبنات	رفح	34
2	مواصي رفح الأساسية للبنين	رفح	28
3	ابن خلدون الأساسية "أ" للبنات	خانيونس	30
4	عبد الله ابو ستة الأساسية "أ" للبنين	خانيونس	79
5	حيفا الأساسية "أ" للبنات	خانيونس	57
6	رودلف فلتر الأساسية المشتركة	الوسطى	33
7	عبد الكريم العكلوك الأساسية للبنين	الوسطى	33
8	مدرسة معاذ بن جبل الأساسية للبنين	غزة	132
9	مدرسة عمر بن عبد العزيز الأساسية للبنين	غزة	66
10	الناصرة الأساسية (ب) للبنات	غزة	117
11	الرملة الأساسية للبنات	غزة	118
12	بيت لاهيا الأساسية أ للبنين	شمال غزة	76
13	أبو تمام الأساسية أ للبنات	شمال غزة	85
	المجموع		888

ملحق رقم(10)

حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري و قيمة "ت " والوزن النسبي لكل فقرة من

فقرات مقياس القلق الاجتماعي

م	الفقرة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الوزن النسبي
1	أشعر بالدوخة عند الحديث مع الآخرين.	1.39	0.488	1.236	69.5
2	من الصعب علي الحديث مع شخص لا أعرفه.	1.48	0.5	2.334	73.8
3	يصعب علي التعبير عن رأيي في أي نقاش.	1.36	0.48	1.362	68
4	أشعر بالخوف قبل لقاء الآخرين.	1.42	0.493	1.998	70.9
5	أنزعج عندما ينظر إلي الناس في الشارع أو الأماكن العامة.	1.38	0.486	1.62	69.1
6	أكون متردداً عندما أريد أن أسأل شخصاً عن شارع معين.	1.43	0.496	2.141	71.6
7	أستصعب العمل عندما أشعر أن أحد ينظر إلي أثناء قيامي به.	1.45	0.498	2.625	72.5
8	أكون متوترا عند إجرائي اختبارا شفهيا.	1.46	0.499	2.689	72.9
9	أتمتع بالحديث أمام جمهور أو حشد من الناس.	1.4	0.49	1.454	69.9
10	أشعر بآلام في معدتي عندما يطلب مني أن أتكلم أو أخاطب الآخرين.	1.48	0.5	2.698	74
11	أشعر بالتوتر والارتباك إذا كنت في حفلة يكون فيها تصوير الحاضرين.	1.43	0.495	2.252	71.5
12	أخشى أن أرتكب خطأ عندما أتحدث أمام الآخرين.	1.43	0.495	2.362	71.5
13	أكون عصبيًا عندما يطلب مني تقديم أو عرض موضوع ما	1.33	0.471	1.113	66.6

	مرتبط بالدراسة.				
14	أشعر بالتوتر عندما اتحدث مع مجموعة من الزملاء.	1.37	0.484	1.362	68.6
15	ينتابني القلق والتوتر عند مصافحة الاخرين.	1.38	0.484	1.474	68.8
16	ينتابني القلق بشأن مظهري الشخصي .	1.4	0.491	2.658	70.1
17	ينتابني القلق بشأن سلوكي أمام الناس.	1.42	0.494	2.6251	70.9
18	أشعر بالتوتر عندما أرد على شخص لا أعرفه في التلفون.	1.45	0.498	2.958	72.7
19	ينتابني القلق والتوتر عندما أتناول الطعام أمام الغرباء.	1.42	0.494	2.777	71.1
20	أكون متوترا عندما يصبح لزاما علي التحدث مع المدرسين.	1.37	0.483	1.362	68.5
21	أمتنع عن تكوين علاقات مع الآخرين.	1.41	0.492	1.999	70.4
22	أشارك زملائي في المناسبات أو الحفلات بالمدرسة.	1.48	0.5	3.214	74

ملحق رقم(11)

حساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري و و قيمة "ت " والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات مقياس الأفكار اللاعقلانية

م	الفقرة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	الوزن النسبي
1	ينبغي أن تنال كل تصرفاتي القبول والرضا من الجميع.	2.09	0.803	1.362	69.5
2	أسعى لأداء الاعمال الصعبة التي تفوق قدراتي.	2.11	0.838	1.996	70.5
3	أُوجِه اللَوم إلي كل شخص يرَتكِب خطأ ولو كان بسيطًا.	2.17	0.842	2.545	72.3
4	أُبالغ في تقدير وقوع الأمور السيئة.	2.16	0.757	2.554	72.1
5	أرى أن كل ما أشعر به من تعاسة سببها ظروف خارجة عن إرادتي.	2.01	0.808	1.145	66.9
6	لن أستطيع أن أعمل ما أحب.	2.1	0.757	1.252	69.9
7	تعرضي لمشكلة ما يلهيني عن تحقيق أهدافي.	2.03	0.766	1.584	67.5
8	أتجنب تحمل المسئولية.	2.19	0.793	3.151	73.1
9	معظم المواقف الماضية يكون تأثيرها واضح علي في الحاضر والمستقبل.	2.04	0.79	1.352	67.9
10	لا أستطيع الاستمتاع بأي شيء في الحياة طالما غيري حزين.	1.94	0.786	1.114	64.6
11	أشعر بالعجز عندما لا أجد حلا لمشكلاتي.	2.07	0.731	1.611	69
12	أضحى باهتماماتي ورغباتي لكى أكون محبوبا.	2.14	0.791	2.658	71.2
13	أحبط عندما لا أحصل على درجات عالية في عملي.	2.1	0.802	2.111	70
14	أنزعج عندما أفعل خطأً حتى لو كان بسيطًا.	2.15	0.815	2.354	71.6
15	أتوقع الفشل في أي عمل أؤديه.	2.03	0.837	1.325	67.7
16	أعتقد أن الأفراد المحيطين بي هم السبب فيما أُعانيه من مشكلات.	1.94	0.821	1.454	64.8
17	لن أستطيع مساعدة أهلي في المستقبل.	2.03	0.829	1.585	67.7
18	أتوقع النتائج السيئة لمشكلاتي باستمرار.	2.05	0.78	1.564	68.2
19	أهتم بمساعدة الآخرين لي حتى في أبسط أمور حياتي.	2.05	0.796	1.368	68.4
20	لن يتغير سلوكي في المستقبل حيث إنه مرتبط بما حدث لي في الصغر.	2.14	0.808	2.585	71.2
21	أتأثر بسرعة بمشكلات الآخرين.	2.03	0.798	1.454	67.7

22	أتصور أن هناك حلاً واحدا لكل مشكلة.	2.08	0.785	1.621	69.3
23	أتمنى أن يتقبل الأفراد المحيطين بي كل تصرفاتي.	2.14	0.784	2.365	71.4
24	أتقن عملي على أكمل وجه مهما كانت الظروف.	2.08	0.788	1.558	69.3
25	أرى أنه يجب معاَقبة الشخص المخطئ مهما كانت الأسباب.	1.95	0.807	1.545	64.9
26	أنزعج إذا سارت أموري علي النحو الذي لا أتمناه.	2.12	0.807	2.111	70.6
27	تقف الظروف الخارجة عن إرادتي ضد سعادتي.	2	0.802	1.5454	66.7
28	أتوقع الفشل في حياتي العملية والشخصية.	2.04	0.828	1.5454	68.1
29	أشعر بالتوتر عند تعرضي لمشكلة ما.	2.09	0.785	1.632	69.6
30	يقلقني أن أعمل الأشياء بنفسي.	2.15	0.801	2.121	71.8
31	أرى أنني متأثر بما حدث لي في الصغر.	2.09	0.809	1.5475	69.7
32	أُشارِك الآخرين مشكلاتهم و مصاعِبهم لدرجة التَقصِير في القيام بواجباتي.	2.18	0.759	2.458	72.7
33	أشعر بالحزن عندما لا استطيع الوصول إلى حل لمشكلاتي.	2.03	0.805	1.521	67.5
34	أهتم اهتمامًا بالغًا برأي الآخرين عني.	2.12	0.783	2.457	70.8
35	أرى أن عدم إنجاز أعمالي يقلل من قيمتي.	2.14	0.797	2.154	71.2
36	الطفل الذي يفعل أعمالا سيئة يكون هو سيئا.	2.1	0.794	2.362	70.1
37	أرفض النتائج الخاصة ببعض أموري عندما تأتي مخالِفة لتوقعاتي.	2.25	0.808	2.847	74.8
38	يلعب الحظ دورا كبيرا في مشكلاتي.	2.05	0.802	1.254	68.2
39	أشعر أن من حولي يتجنبون التعامل معي.	1.95	0.82	1.362	65.1
40	أفضل تجنب المشكلات بدلا من مواجهتها.	2.1	0.784	1.251	69.9
41	لا أستطيع المذاكرة بمفردي.	1.84	0.798	1.255	61.4
42	لا يمكن للفرد التخلص من تأثير الماضي إذا حاول ذلك.	2.03	0.816	1.366	67.6
43	عندما أتعاطف مع الآخرين أعيش مشكلاتهم وأنخرط فيها.	2.06	0.781	1.4564	68.8
44	غالبا ما تسير الأمور عكس ما أريده و أتمناه في الغالب.	2.11	0.815	2.555	70.2

The Islamic University of Gaza
High studies Dean
Faculty of Education
Department of Psychology



The social anxiety and its relationship With the irrational ideas in prep School Students in governmental schools the in the governorates of Gaza

Preparation:
Ala' Ali Hejazey

Supervision:
Dr.Jamil Hassan El tahrawi

Submitted in partial fulfillment of the requirements for the master Degree of psychology from the faculty of Education of the Islamic University of Gaza

1434 - 2013